

بيت النيل



يوليو ١٩٥١



Ardena Orange
Skin Cream

سحرك في يدك

كريم للجلد (اردنيا اورنج)
ينعم ويوطب وينعش الجلد

Elizabeth Arden

من ابتكار
اليزابث آردن

ولاي استعلام اتصل بمس كيس الخبرة الاخصائية لمعامل اليزابث آردن طبرف الوكلاء
سماوي وشركاه ايموبيليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١ التي يسرها أن تضع خبرتها في خدمتك
وأن ترشدك الى اللون التي تناسبك وأفضل الطرق لاستعمال مستحضرات اليزابث آردن .

تباع في المحلات الآتية

بالاسماعيلية : اجراخانه انترناسيونال	بالسويس : اجراخانه جاتيس	بمصر الجديدة : اجراخانه نورتون	بالقاهرة : محلات شيكوريل محلات شالون اجراخانه نورتون محلات سوكرات بارفيمري ايرين	بالاسكندرية : محلات هانو محلات شالون لاردي لاكوافير (سوكرات وشركاه)
باسوان : (ماجيلا فرايس فوتو ستور)	بالنصوة : مخازن ادوية الحربة	ببور سعيد : محلات سيمون اوزت		

فيلسوف الخجل

ما قصدت من مجلة بنت النيل أن تكون يوما تجارة ، بل كان دأبى أن أجعل منها رسولا يوحد بين قلوبنا ويجمع شتات أفكارنا ، وآية ذلك أن مكتبنا للعمل أنشئنا بإشراف مجلتكم لخدمة شباب الجامعات ، وتمكينهم من العمل وقت الفراغ ، وكسب العيش بعرق الجبين ، اسوة بما هو حادث في البلاد المتحضرة

وحين يتلقى القارئ مجلته هذه سيكون مكتب العمل قد بدأ نشاطه المرجو وأثبت وجوده في خدمة هؤلاء الشبان ، فتيانا وفتيات .

ولن يعرف شبابنا المتطلع بعد اليوم مكانا للكسل أو الخجل ، فانه لتشريف لكل شاب أن يقطع هو الزمن ويسيطر عليه ، فلا تمضى أيامه رتيبة مملة لا حياة فيها ، وانه لتشريف لكل شاب أن يضع تاريخه بنفسه وأن يأخذ كما يقول المثل الفرنسي إكستناء من النار دون أن يكون لاحد عليه فضل أو لانسان جميل في تكوينه أو معروف في تقديمه .

وسوف يكون هذا المكتب وسيطا بين شبابنا الجامعي وبين رجال الاعمال ، وسيفيد أصحاب العمل من هذه النفوس اليقظة الحية التي تكسب عيشها بغير الجبين ، كما يفيد شبابنا الى جانب الكسب المادي مرانا وتجربة هم في أشد الحاجة اليها وسط هذا الخضم من النشاط في كل ميدان .

وان شيئا لم يشرح صدرى قدر هذا الاقبال العظيم الذي لقيته من اتحادات الجامعات ، وهذا التأييد من الجامعيين ، وهو تأييد مقرون بالامل والثقة فان القوم قد أثبتوا بتشجيعهم لمكتبنا انهم واعون عارفون قدر الحياة ومصاعبها ، ولم يأت الاقبال من أصحاب الحاجة من الطلاب والطالبات وحدهم ، بل جاء من زملائهم الذين في مقدورهم أن يعاونوا في خدمة أصدقائهم عن طريق آبائهم وذوى قرباهم من رجال الاعمال .

فروح التأخي هذه هي احدى غاياتنا من انشاء هذا المكتب وحسبى أن تكون مجلة بنت النيل وسيطا يجمع شباب الجامعات وهو عنوان الحاضر وأمل المستقبل على الخير والبر والمعروف ، وحسبى أن يطلع على كل نهار فأجد إيمانا بمكتب العمل وإقبالا على تأييده وتشجيعه من ذوى الرأي كهولا كانوا أو شبانا .

د. محمد مصطفى

تقاليد

لذكرى الأبرار الصالحين

فيا حبذا لو قضى سعادة المحافظ على هذه الجنائزات الطويلة العريضة فتمنعها ، وكفانا ليالي المآثم التي تبسح فيها جلينا ، ونرهن أرضنا لتبدو فتننة للناظرين

وهذه الذبائح التي ينحرونها عند خروج النعش، ألا يرى المستوثقون أن الفكرة لا تعني مطلقاً الحسنة لأن الحسنة يجب أن تكون خفية، وأنها لا تعني التكريم، لأن التكريم لا يكون بدم مراق ولو من حيوان حلال مذاقه، وأنها لا تزيد عن مظهر من مظاهر الإبهة أو الغنى، قد يكون صاحبه قادراً عليه، وقد يكون معسراً تكلف في سبيل إظهاره صفة السؤال ...

وأقبح من صوت العقائر ومنظر الذبيحة ومشاهد ليالي المآثم، أولئك المرتزقة حملة القمام، فإن وجودهم في الجنائز أمر يثير الضيق والسخرية حتى نسبوا لكل أمة اسمهم، وسموا الرجال التافهين بحملة القمام ١٩

لقد زرت بلاداً في أوروبا، وعينا حاولت في تلك المدة الطويلة أن أرى في الطريق جنازة حتى خيّل إلى أن الناس لا يموتون ...

إني لا أطلب الحكومة وحدها بتنفيذ هذا إذا اقتنعت برأيي، وإنما أطلب أعلامنا الأجداد رجال الدين أن يفتونا هل جاوزت قدرى حين اقترحت منع النساء من زيارة المقابر والخروج وراء الجنائزات، فإن فتواهم تعاون المصلحين على تنقية أحوالنا الاجتماعية من هذه المساهر، وترد الناس إلى فهم الأمور فهما يناسب الزمن، وتجعل مصر تعيش حقاً في النصف الثاني من القرن العشرين ...

تليق بالأحياء لا بسكان القبور ...

وأنا لا يعجبني بيان المحافظ، لأنه بيان يجيز الشر في جانب منه، إذ يسمح بزيارة المقابر على هذه الصورة القبيحة، وهي نقیصة يحرمها ديننا وينهى عنها في آيات بينات، ثم إن المحافظ يأمر ولا تنفذ عيونه عن عجز أو عن شيء لا أحب أن أسميه، وخير لسعادته، أن يزور بنفسه المقابر في ليالي العيد فاذا تبين له أن نقسدي في محله وجب أن يأخذ عيونه بالشدة، ويقضى على هذا التقليد السخيف، وما يحيط به من فوضى خلقة لا تناسب طبائعنا ولا ديننا الحنيف.

هل يأذن لي سعادة محافظ القاهرة أن ألقت نظره إلى العرايات (الكارو) المشحونة بالجاهلات تخضبهن النبيلة وراء نعش شبه مكشوف ؟ أليس هذا منظرًا قبيحاً لا يثير في النفوس أى عبرة وإنما يثير فيها أقبح ألوان الاشتمزاز ؟ ثم هذه الجنائزات الطويلة العريضة تسد المنافذ وتقطع الطرق ألا يرى سعادته معنى أنها تقليد سخيف لا يتفق إلا مع شعب بليد لا يجد عملاً فى أوقات الفراغ، فيجرب وراء الجنائز بحمل النعش مرة، ويرفع عقيرته بألفاظ غير مفهومة بين الحين والحين ؟

لست أدري لم لا تمنع الحكومة هذه المظاهر ؟ فإن تكريم الميت فيما أعلم عن أهل الدين وأهل الطب أيضاً سرعة دفنه، وقد أجاز رجال الشرع نقل الفقيد في عربة حيث يسواري التراب،

التافه من أمورهما، فإن من العيب أن نجيا في منتصف القرن العشرين فى أجواء القرن السابع عشر ... وأن نجعل أعيادنا مآثم، أو قل فوضى لا طعم لها، فلست أدري كيف نشعر بفرحة العيد، ونحن حزاني مقبلون على القبور، وعند القبور، وهنا فوضى الذوق، نوزع الصدقات، بلحا وكعكا بسكر، وفى تقاليد الحزن عندنا ألا يؤكل فى عزاء فسيخ ولا شربات ؟؟

ثم هذا البيان التقليدى الذى يصدره محافظ القاهرة ويحرم فيه على النساء قضاء الليل فى المقابر أيام العيد، انه بيان لا يحميه سلطان القانون فى سنة من السنوات لأن النساء يقضين ليالي العيد فى المقابر بالرغم من المحافظ وعيونه، ويأتين فى المقابر - كما يقولون - أشياء لا

نحن على أيام من العيد ... وتذكرنى أعيادنا بالتقاليد الموروثة عن الآباء والأجداد، والفرق بيننا وبين من سبقنا هو فرق الزمن وتطور الحياة - وهذه هى العلة - فنحن شعب لا يؤمن بفرق الزمن ولا بتطور الحياة.

أفهم أن يصير أجدادنا على زيارة المقابر حين يقبل العيد، وأفهم أن يختلف جدى وجدتي على كميات الكعك التى تخرج بها الأسرة إلى القرافة، ويصل الخلاف إلى القطيعة أو الطلاق ... فان زمنهم كان زمناً خالياً فارغاً من تكاليف الحياة، فاذا لم يشغلوه بهذه التوافه مضى ثقيلًا رتيباً خلوا من الحياة !

أما اليوم وأهل (التقدم) يحدثوننا عن العرق والدموع ولقمة العيش، وما إلى ذلك من الفاظ تعنى أن الحياة أفسى من أن نضيع جهدنا فى

واردات حديثة
فساتين للبنات
من
حديثة وأنيقاً وفطنت
بمحات

بكمك وبلمك



وظيفة المرأة فى الهند

على الرغم من حلول فصل الصيف بحرهم وقبظه لم تقف اللجنة الثقافية لاتحاد بنت النيل نشاطها بعد فقد انتهزت فرصة مرور الدكتور اوبادهايا الكاتب الهندى المعروف بالقاهرة وطلبت اليه أن يحدث أعضاء اتحاد بنت النيل عن المرأة الهندية وحددت لذلك الحديث الساعة التاسعة من مساء يوم السبت ٩ يونيه ٠٠

وقد قدمت الاستاذة زينب لبيب الامينة العامة للاتحاد المحاضر فقالت انه حجة دولية فى تادريخ الثقافة وانه ألف أكثر من ثلاثين كتابا فى مختلف الموضوعات استهل الدكتور اوبادهايا حديثه بقوله ان الكلام عن المرأة من الامور الصعبة الخطرة وان الكلام عن المرأة للمرأة لهو من الامور الاشد خطرا خاصة ان كان المتحدث رجلا ٠٠

تم يحدثنا عن حال المرأة الهندية فى العصور الاولى من التاريخ فيقول انها كانت حرة طليقة من أى قيد تعمل مع الرجل جنبا الى جنب لا فرق بينها وبينه اطلاقا ٠٠٠

لكن حدث أن انتصرت القبائل الارية على الهنود وأدخلت عادات وتقاليده جديدة لم تكن معروفة قبل ذلك التاريخ ٠ وأول شيء فعلته هذه القبائل المنتصرة أن أخذت نساء الهند سبايا وأدخلت نظام تعدد الزوجات وأخذت المرأة الهندية تفقد حقوقها شيئا فشيئا الى أن غدت أداة للترف أو خادما أميناً تؤمر فتأتمر ٠ وكان لا بد من أن يتبع ذلك عادة دفن الزوجات أحياء بعد وفاة أزواجهن على اعتبار أن المرأة ملك حلال للرجل لا يصح أن تعيش من بعده وتتمتع بالحياة ٠ غير أن هذه التقاليد الوحشية ما لبثت

أن أبطلت بمرور الزمن وبدأت المرأة الهندية تشعر بوجودها كإنسان له حقوقه وواجباته ٠

وفى حوالى منتصف القرن التاسع عشر بدأت حركة تحرير المرأة الهندية من رتبة الاستعباد وقد تم لها ما أرادت بعد كفاح مرير ٠ وما هى ذى الان تتمتع بكل الحقوق التى يتمتع بها الرجال وسوف تدلى بصوتها فى الانتخابات الهندية القادمة ٠٠٠

ووجهت بنت النيل بعض الاسئلة الى الدكتور اوبادهايا مستوضحة بعض النقاط التى تحدث عنها كنصيب المرأة الهندية فى المحيط الدولى ٠ فأجاب المحاضر بأن المرأة الهندية تقوم بمجهود كبير جدا فى السياسة الدولية وأن لها من ثقافتها واستعدادها الطبيعى ما يؤهلها الى هذا العمل الذى يحتاج الى كياسة ولباقة ٠

وسألت بنت النيل عن موقف المرأة الهندية من

الاحزاب السياسية فقال ان المرأة فى الهند تستطيع أن تكون عضوا فى أى حزب من الاحزاب الهندية المختلفة كما أن لها هيئات نسائية قائمة بذاتها لها نشاطها الملحوظ فى جميع الميادين ٠

ولما سألته بماذا ينصح المصرية لتصل الى ما وصلت اليه شقيقتها الهندية من حيث حصولها على حقوقها السياسية تامة غير منقوصة قال ان الحقوق لا توهب بل تؤخذ وعلى المرأة المصرية أن تطالب بهذه الحقوق وأن تثبت لاولى الشأن جدارتها وألا تتقاعد وألا تياس مهما بذلت المحاولات فى سبيل انباط عزيمتها والجيلولة بينها وبين وصولها الى هذا الهدف المقدس ٠٠٠

وفى ختام هذا الحديث الشائق قامت الدكتورة درية شفيق رئيسة الاتحاد فشكرت العالم الهندى على حديثه القيم وشكرت أيضا سيدات ورجال السفارة الهندية الذين أجابوا دعوة الاتحاد ٠



أنشئ بأشراف مجلة بنت النيل مكتب للعمل يعاون طلبة كليات الجامعات على ايجاد وظائف وأعمال يمارسونها فى أوقات فراغهم اسوة بما هو متبع فى أوروبا وأمريكا ٠ اذ أن الطالب الجامعى هناك يتكفل بنفسه ولا يتكل فى ذلك على والديه ولا على غيرهما ٠ وترى الدكتورة درية شفيق بين أعضاء هذا المكتب الجديد

سيرة



السيدة فتوحة عثمان

♦ مراقبة التعليم
الاولى ومكافحة الامية
ومعاهد المعلمات
♦ خبيرة بميزانية
الموظفين وبشئون
المدارس
♦ لجأ إليها اتحاد
بنات النيل لمساعدته في
انشاء مدارس مكافحة
الامية بين النساء وقامت
بجعل التسهيلات اللازمة
لتحقيق المشروع .
وافتحت فعلا هذه
المدارس التي يشرف عليها
اتحاد بنات النيل
♦ رأى اتحاد بنات
النيل اختيارها عضوا في
مجلس ادارته ليستفيد
من خبرتها .
♦ درست أولا في
المدارس الفرنسية ثم
التحق بالمدارس المصرية
وأرسلتها وزارة المعارف
في بعثة الى إنجلترا
لتتخصص في التربية
♦ كانت تظاهرة لمعاهد
المعلمات وأصبحت مفتشة
ثم مراقبة مساعد فمراقبة
♦ يرجي للتعليم على
يديها كل خير
♦ أثبتت جدارة
السيدات في الوظائف
الكبيرة الهامة ..

بعض مشاكل المرأة

للمساعدة زينب لبيب



الدكتور اوبادهايا

♦ مؤرخ وعالم بالانثار
القديمة ومؤلف ذو شهرة
عالمية له أكثر من ثلاثين
كتابا
♦ قابل العلامة الكبير
الدكتور اينشتاين
واستطاع أن يأخذ منه
حديثا طويلا نشر أخيرا .
♦ يحاول ايجاد نوع
من التفاهم العالمى عن
طريق تبادل الافكار ونشر
الثقافة بين الامم .
♦ يؤمن برسالة المرأة
ويدافع عنها ويبرى من
الطبيعى أن تكون مساوية
للرجل في الحقوق
والواجبات
♦ زار اتحاد بنات
النيل وأبدى إعجابه
الشديد بها شاهده من
تقدم المرأة المصرية وعلو
كعبها فى العلوم والفنون
ورجا أن تنال حقوقها
السياسية اسوة
بشقيقتها المرأة الهندية
التي قطعت شوطا بعيدا
فى هذا المضمار .
♦ سيقوم بدعاية
واسعة النطاق لخصر فى
بلاده ، وقد وعد بأن
يكون رسولا هواتيا
للعلاقات بين البلدين .

هى فتاة من أسرة طيبة ،
تزوجت من رجل قضت معه
عامين أذاقها أثناءهما من
العذاب ألوانا .. أساء
معاملتها الى درجة دفعت
بالبنت البائسة الى محاولة
التخلص من حياتها الزوجية
فلجأت الى ساحة القضاء
مطالبة بالطلاق بعد أن أعيتها
كل الحيل فى اصلاح حال
زوجها . فما كان من الزوج
الا اتخاذ الاجراء التقليدى
المقوت ألا وهو طلبها فى
بيت الطاعة !
استمرت القضية بين
هجوم ودفاع ، وانتهت بأن
حكم فيها للزوج بالطاعة !!
كان طبيعيا أن تتمتع الزوجة
عن تنفيذ ذلك الحكم بعد
ما ذاقته من أهوال فى حياتها
الزوجية .. فما كان من
الزوج الا الالتجاء الى الاجراء
التقليدى الادارى .. وهو
تنفيذ الحكم بالقوة !!
لم أستطع تخيل حال تلك
الزوجة البائسة وهى تساق
قسرا كالأغنام الى منزل
الزوجة .. فأتى حياة
زوجة هذه ؟ وكيف ترعى
حقوق الزوجة وواجباتها
فى جحيم كهذا ؟
ما كان الزواج الا رضاء
وقبولا من الطرفين ، وتبادلا
لكل حب ومودة وعطف
واخلاص ورحمة .. فأين
ذلك من شخصين متباغضين
حكم القضاء أن يعيشا تحت
سقف واحد .. وبالقوة
القاهرة !
أين ذلك التعسف فى
استعمال الحق .. من قوله
تعالى : (فامساك بمعروف
أو تسريح بإحسان) ..
ان قصة هذه الفتاة واحدة
من آلاف المآسى التى تموج
بها المحاكم الشرعية .. ،
والاستمرار فى تقرير هذه

الاضاع الشاذة من محاكمنا
الشرعية ، يوهم الكثيرين
بأنها أحكام الدين ...
انه لا يوجد دين أنصف
المرأة كما أنصفها الاسلام ،
فلم نشوه أحكامه ونخرجها
عن مقاصدها ومراميها ؟
ان محاكمنا الشرعية قائمة
على أساس الدين الاسلامى ،
فالشرعية الاسلامية اذن هى
المصدر الذى تستوحى منه
أحكامها . وهى كما نعلم
منفصلة عن التشريع الوطنى
المطبق فى باقى المحاكم ،
وكان هذا الانفصال سببا
فى صيغ تشريع المحاكم
الشرعية بصيغة دينية ،
وجعل كل تطرف فى هذا
القضاء منسوب الى الدين ،
والى الشرعية الاسلامية ، مع
ان هذا بعيد عن الحق .
ويا ليتنا نعمل على
تخليص قضائنا الشرعى من
هذه الاشياء التى تنسب الى
الدين ظلما ، لنستوحى
روح الشريعة الاسلامية
السمة فيما نفهسه ونطقه
من قواعد وأحكام ، فننصف
بذلك الدين ومن يدين به ؟
يحكى أن (عائشه) رضى
الله عنها اشترت جارية
وأعتقتها ، فلما ملكت أمرها
لفظت زوجها كانت تزوجت
به مكرهه (أى تركته) ،
وكان يعشى وراءها باكيا ..
فقال النبى صلى الله عليه
وسلم :
(اتق الله فإنه زوجك ..
وأبو ولدك)
قالت : أأمرنى ؟
قال عليه السلام : (لا
انما أنا شافع)
قالت : فلا حاجة بى اليه !
فهذا هو ديننا .. وتلك
هى الحرية المثالية التى
منحنا اياها .

رجل

حرك يألوك كالنجوم!



شامبو
ريل
انتاج فابريكة درين

في ضوء الفجر

امراة ٠٠ تترى برجسالم
كثيرين !

ويوم أراد الشاعرا العربي
أن يستجيش غيرتنا على
العلم الخفاق الذي يمثل
قوميتنا وعزتنا لم يزد على
تذكيرنا بجهد المرأة فيه فقال
يخاطبه :

يا نسيج الامهات
في الليالي الحالكات
لبنيهن الاباة
كيف لا تفديك
كل خيط فيك
خفقة من صدرهن
دمعة من فجنهن
بسمة من ثغرنهن

يا علم
وفهم المسالة على هذا
الوجه يفتح ابصارنا على
الحلقة المفقودة في قضية
المرأة المصرية ٠٠ وهي أنها
انسان ٠٠ ومطالبة مثل

الرجل بأن تبذل من ذات
نفسها ، وتسهم في بناء
وطنها ٠٠ واذن فمن حقها
التمكن من جميع الفرص
التي تتيح لها البذل
والاسهام .

ومهما نالت من مبادئ
الحياة وجاهاها ، فستظل
هملا ٠٠ حتى تظفر بحقها
الذي أفاء عليها الله

انك تستطيع التبرع
بعشرين جنيها - مثلا -
لمشروع خيري - بسخاوة
نفس وطيب خاطر ٠٠ ولكنك
ترفض أن يغالطك (كمساري
الترام) في مليمين اثنتين
لانك تشم منه ريح استغلالك

وهذه هي الحلقة المفقودة
في نزاعكم مع المرأة يا دعاة
الفناء .

انها تريد حقها ٠٠ ولو لم
تمارسه ٠٠

تريده ٠٠ وسيكون لها
ما تريد .

خالد محمد خالد
من العلماة

في طريق واحد نمضي
معا ٠٠ نحن الرجال والنساء
جثنا هذه الحياة معا ٠٠
وبلونا فيها بلاه مشتركا ٠٠
وعلى أديم أرضها آثار أقدام
الجنسين تروى في بسالة
وصدق نبأ كفاحهما المشترك
من أجل البقاء والنماء ٠٠

ومنذ متى ؟ ٠٠
منذ شرع الانسان يزحف
ويتسلق ٠٠ ويسمع ويرى
٠٠ بل قبل ذلك بزمان ٠٠
وستظل هذه الزمالة
قائمة ما دامت السموات
والارض ٠٠ وما بقي الرجل
والمرأة ٠٠

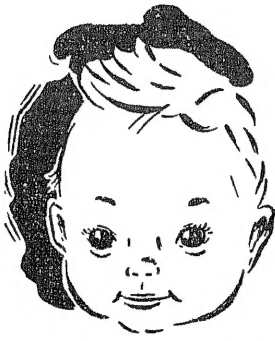
وما من رسول ، ولا عبقرى
ولا مصلح - سار عبر هذا
الوجود وحيدا ٠٠! فقد كان
بجوار كل واحد من هؤلاء
أمه أو زوجه أو نصيرته ٠٠
حتى الرسل ٠٠؟

نعم - حتى الرسل عليهم
السلام ٠٠ وان الاسلام لدين
يوم نشوئه ٠٠ ومدين طول
بقائه لسيدة ٠٠ هي خديجة
بنت خويلد التي بذلت
لرسل قلبها وجيبها ٠٠

وكانت من رجا مدهشها من
النضج والعظمة والثبات ٠٠
فيوم استطير روع الرسول
وعاد من غار حراء فزعا ٠٠
استقبلته خديجة ، وعلى
شفقتها ايشامة كضوء الفجر
٠٠ وأخذت تثبته وتقول له :

(لا ترع ٠٠ والله لن
يخزيك الله أبدا ٠٠) -
فكانت كلماتها هذه نداء
النجدة والامان ٠٠

ويوم أوى وصاحبه الى
غار (ثور) فرارا من سيوف
قريش ، وصارت حياته
وحياة صاحبه ، بل حياة
الاسلام معهما رهنا بقداي
يحمل اليهما الغذاء والسقاء
والاخبار - ظهر هذا القدائي
في صورة امرأة ٠٠ هي
أسماء ذات النطاقين ٠٠



في عيادة بنت النيل



الى الحوايل قبل الوضع

للدكتور محمد شوقي عبد المنعم

ويسمى «الطلق» وقد يسبق أو يصحب هذه الآلام نزول افرازات مخاطية أو مخاطية دمومة تدعى (البشارة) أو (العلامة) .. وتكثر هذه الآلام .. وتتقارب المدة بين الطلقة والاخرى .. ولا داعي للقلق من اشتدادها .. فكلما زادت حدة الآلام وطالت مدتها كلما قاربت الولادة على الانتهاء.

ولعلك قرأت أو سمعت عن الولادة بدون ألم .. وطبعاً تودين أن تضعي أنت أيضاً كذلك بدون الاحساس بأي ألم .. ولك الحق في ذلك .. ولكنك لاشك ستترددين كثيراً لو علمت أنك بهذا تهددين حياة الجنين في بطنك بعد أن تعبتي في حمله تسعة أشهر طوال - بما فيها من مضايقات فلا تتعجلي ولا تلحي في طلب المسكنات والمخدرات من طبيبك لانها تخدر الجنين - وقد تؤخر الطلق - أو تطيل الولادة .. وطبيبك لن يبخل بها عليك لو وجدك في أي احتياج الى مثلها ..

وبازدياد الطلق تتسع فتحة الرحم حتى تسمح بخروج الجنين منها .. وبخروجه تتوقف الآلام مدة قليلة يتبعها خروج المشيمة أو الخلاص الذي كان حلقة الاتصال بين الجنين والام وبانتهاء هذه الخطوة تنتهي الولادة الطبيعية التي تحدث يومياً لآلاف السيدات بدون أي مضاعفات سيئة ولا عواقب يخشى منها .

لا عذر لك وأنت لا تتذكرين من آلاف الولادات الا القليل النادر الذي تتعسر فيه .. فانه أصبح ديدن السيدات التهويل في متاعب وآلام الولادة .. حتى الروايات السينمائية لا تتم روعتها الا أن تظهر البطلة مساقاة الى حجرة العمليات .. لتضع طفلاً .. وتنبه مأساة أتصورك الآن وكلك أوهام لا أساس لها .. ومخاوف لن تؤدي الا الى زيادة متاعبك ، فانك ما دمت قد وضعت نفسك في يد خبير فلا شك أنه ان كان قد وجد خطأ في الوضع .. فلا بد أنه قد أصلحه .. أو أجرى احتياطه له .. فتوكلي على الله .. وتخيري مكان ولادتك حسب اشارة طبيبك وحسب ظروفك الخاصة - كأن تكون لديك حجرة صحية قريبة من دورة المياه وأن تجدي من الخدم أو الاقارب من يتولى أمر منزلك فترة الوضع حتى تتجنبي الانتقال من مكان لآخر - أو من منزل لآخر أثناء الوضع بعد أن استقر بك المقام في مكان ولادتك المنتظر .. ترقبي حدوث الولادة .. وأول علامة لها .. كثيراً ما تكون آلام أو أوجاع في أسفل البطن .. وتأتي على فترات منتظمة بالتدريج ويصحبها تصلب في البطن

بنت النيل ، فاني سأقتصر في كلمتي هذه على الولادة .. واني لاود أن تقدمي علي الولادة وكل ثقة في سهولتها وتخرجي من ذهنك كل المتاعب والمصاعب التي يتبرع بوصفها لك صديقاتك واني

لعلك يا سيدتي وأنت في شهرك الاخير تنتظرين حادثك السعيد ترغيبين أن تعلمي بعض التفسيرات والنصائح عما تتوقعينه من حوادث الوضع القريب .. ولن أكثر عليك في نصائح الطعام والملابس والرياضة ، التي لا شك قد قرأت أو سمعت عنها الكثير في بعض المجلات .. وفي المقالات الخاصة بذلك في الاعداد السابقة من مجلتك



المرآة

رياضات
جوارب
فساتين

Etam

٢٩٤٦٤٠٠

الرمم الصددي

ثانيا - استعمال قطرة البنسلين ومرهم البنسلين كل ثلاث ساعات ويمكن استعمال قطرة السلفا ثالثا - المكمدات الساخنة وغسيل البوريك الدافئ كل ثلاث ساعات رابعا - المس ببتترات الفضة ١٪ وهذا يمكن الاستغناء عنه بعد الاخذ بعلاج البنسلين خامسا - عدم ربط العين

ما دام هناك افراز صديدي وهذه ملحوظة مهمة جدا حيث أن أكثر الامهات ترتبط عيون ابناثهن حينما يظهر احمرار بها وهذا ما يسبب استفحال الحالة .

ونصيحى للامهات أن يستعملن لابناثهن قطرة البنسلين كل ثلاث ساعات فى مبدأ احمرار العين فبذلك يموت الميكروب ويتم الشفاء وتتحاشى حدوث المضاعفات

للدكتور على مرتضى
ويظهر احمرار وتورم بالحقون مع افراز صديدي ومن أهم المضاعفات حدوث قرحة بالقرنية وانتشاره بشكل وبائي اذا أهمل علاجه .

العلاج

١ - العلاج الوقائي للرمم الصددي هو القضاء على الذباب واستعمال فوطه نظيفة لكل شخص بالمنزل وذلك لتفادى حالات حدوث الرمد الصددي .

٢ - أما علاج المرض ذاته فيتلخص فيما يأتى :
أولا - أحدث ما استجد فى العلاج هو اعطاء حقن البنسلين فهو العلاج الاكيد السريع للشفاء ويعطى المريض أثناء العلاج بالحقن المذكورة أقراص (سلفديازين)

ليس غريبا أن يعلم الجميع بأن أكثر السحابات والعنابات بالقرنية بل أكثر حالات العمى تكون سببها الرمد الصددي فى فصل الصيف

فموسم الرمد الصددي فى مصر فى صورة مبسطة يبدأ فى شهر ابريل وينتهى فى نوفمبر .

طرق العدوى

ينقل الميكروب للعيون بواسطة العدوى عن طريق الذباب أو الايدي والفوط الملوثة أو الاتربة فكثيرا ما تكون محملة بالميكروبات وينتج عن انتقال العدوى بأى وسيلة من هذه الوسائل المذكورة أن تذهب ملتحمه العين (البياض بالعين)

طلب توظيف خاص بالشباب الجامعي وقت الفراغ

الاسم
العنوان
الوظيفة التي يرغب فيها
الكلية الموجود بها
السنة الدراسية

يقطع هذا الكوبون ويرسل فى خطاب باسم مجلة بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل ويوضع على الظرف عبارة (وقت الفراغ)



قصية المرأة والرجل

بالحل بالأسلوب الجماعي صدي

انجى حين صدي

في فيلم

آدم وهوى

بطولة ليلى مراد

يدرس من الفهمين ٥ يوليو على ستار
سينما هدية النصر بالقاهرة
سينما متروبول بالقاهرة
سينما ريان بالقاهرة

وسينما ملهى بالرفاهية وركس بالصوره والتعاون الصي والشرقى بالاسماعيليه وفريال الصي بالسيه وجب بالروبي

قلتي

هل قرأت قصة هذين الطالبين اللذين ارتكبا جريمةهما الشنعاء أمام أنظار والدة أحدهما؟ انها الجريمة الاولى من نوعها في مصر . . ويبدو لي أن الظروف . . والظروف وحدها هي التي جعلت من هذين الطالبين مجرمين آثمين . . .

قلتها

نعم قرأت عن هذين الطالبين وعن الظروف التي أحاطت بواحد منهما فصيrote قاتلا . لقد نشأ البائس محروما من عطف الوالد ومن ارشاداته ورقابته . وأدرك منذ اللحظة التي بدأ يفهم الحياة فيها أنه طفل ولكنه ليس بكيفية الأطفال . انه وحيد في هذه الحياة وعليه أن يكافح فيها دون معونة أحد . كان طموحا ولكنه لم يجد المربي الذي يوجه هذا الطموح نحو الخير ، كان ذا عزيمة ولكن أين المدرسة أو ولي الامر الذي يعرف كيف يستفيد منه ؟ وهكذا قضى على هذا الانسان أن يعيش بنفسه ولنفسه فقط فراح ينفس عن مكنون عقله بالباطن بطرق معوجة وكان أن اقترف جريمته جريا وراء الشهرة والمال . وهكذا ذهب ضحية أسرة كتب لها القدر أن تعيش مفككة . نتيجة تعليم ناقص لا يؤمن بعد بأصول التربية الحديثة التي تركز على أسس علم النفس . . .

خليل صابات

أضرم عمدة في فرنسا ...

سيدة

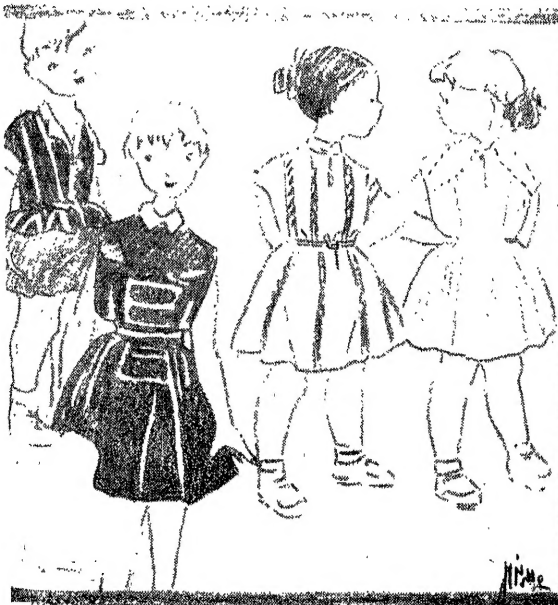
هناك . والمواشى قد ذبحت أو سرت . عمدت سيلفي أول الامر الى تطهير الحقول من الالغام ثم أسست جمعية تعاونية لشراء آلات الزراعة والتقاوى وانكب جميع من في القرية على العمل والعمل المضنى الى ان استطاعوا جنى أول محصول من أرضهم منذ سنتين . وقدمت والدة سيلفي للجمعية التعاونية آلة ضرب القمح التي أخذت تؤجرها بدورها للفلاحين بسعر زهيد . واستطاعت الجمعية شيئا فشيئا أن تشتري ما هي في حاجة اليه من الآلات الزراعية وما لبثت الحقول أن غطيت بالبرسيم الاخضر وسنابل القمح الذهبية . . غير أنه ما لبثت عمدتنا الصغيرة أن داهمتها مشكلة

اسمها سيلفي برنييه من مقاطعة اللورين بفرنسا . شقراء ذات عينين زرقاوين وقد ممشوق . لقد كانت منذ أربع سنوات أصغر عمدة في فرنسا . أما سبب حب الناس لها وتقديرهم لمجهوداتها هو أنها استطاعت أن تعيد الحياة لقرية أنت عليها الحرب فتركها خرابا يبابا . وتقوم سيلفي بمهام وظيفتها في قرية (مانون) التي يبلغ عدد سكانها ١٨٠ نسمة .

وعمدتنا الشابة هي الابنة الوحيدة للكونتيس دى برنييه وهي صاحبة قصر منيف وأرض واسعة تحيط به . انتخبت الانسة برنييه سنة ١٩٤٥ بأغلبية كبيرة وأعيد انتخابها بعد سنتين بالاجماع .

وفي سنة ١٩٤٠ اجتاح الالمان فرنسا فاضطرت سيلفي وأما الى ترك البلاد، وكان عمرها اذ ذاك ٢٠ سنة وكانت مخطوبة الى طالب في الكلية الحربية سقط بعد أسبوع في ساحة الوغى . رحلت سيلفي الى مقاطعة بريتاني وانضمت الى حركة المقاومة ونالت وساما رفيعا جزاء بطولتها . وفي اكتوبر سنة ١٩٤٥ عادت سيلفي الى قرية (مانون) حيث انتخبت عمدة .

لم تكن الظروف موافية للعمدة الجديدة . فقد كان الشعب جائعا يائسا . وكانت الحقول مليئة بالالغام مما يستحيل معه فلاحتها . أما العمال والفلاحون فكانوا قد سيقوا الى ألمانيا للعمل



بكتيخيم الفكر المبارك



وانشاء حديقة عامة على النهر
الذي يمر بالقرية .

ولا تتدخل سيلفي في
السياسة اطلاقا . وهي
تجيب من يسألها رأيا في
الحالة السياسية بالعبارة
الآتية : (أنا مستقلة كلني
ان أردت عن المدارس والمطاعم
والمستوصفات .

لقد كان في استطاعة هذه
الشابة أن تضي الشتاء في
باريس والضيف في إحدى
مدن الشاطئ ولكنها فضلت
أن تعيش بين العمال
والفلاحين لأنها تحبهم
وتقدرهم ولأنهم يحبونها
ويقدرونها . أنهم يتادونها
(بحضرة العمدة) ويجلونها
كل الاجلال .

متى نرى في ريف مصر
عمدة سيدة ؟ أعتقد أن بين
سيدتنا من يصلح لهذه
الوظيفة الهامة بل ويقوم بها
خير قيام .

الصناعية ويتقاضى اطباء
مرتباتهم من الحكومة . أما
الذين فتقدمه سيلفي مجانا
من بقاتها .

ولم تكنف عمدتنا
الحسنة بهذا التقدم الذي
أصاب قريتها فقد كلفت معلم
القرية أن يهيئ لتلاميذها ملعبا
كبيرا يمارسون فيه مختلف
الالعاب الرياضية للصبيان
والبنات على حد سواء . وقد
اشترك التلاميذ أنفسهم في
اعداد الملعب تحت اشراف
أستاذهم وافتتح الملعب في
خريف سنة ١٩٤٨ بحفلة
شائقة .

وفي قرية (مانون) لا
يوجد حمامات الا في سبعة
منازل فقط . وفي العام الماضي
قامت سيلفي باصلاح الحمام
العمومي الملحق بمدرسة
البنين . ويأتي اليه الاطفال
صباح كل يوم جمعة لآخذ
دوش مجاني . أما أهل القرية
فلهم يومان في الاسبوع
يستعملان فيهما هذا الحمام

وتحرص (العمدة) على
نظافة القرية وطرقها حرصا
شديدا . وقد اتفقت مع
السكان على أن يكنس كل
صاحب منزل أمام بيته مرتين
في الاسبوع .

ولا تتناول سيلفي أي
مرب عن وظيفتها وهي
تشرف اشرافا تاما على نظافة
الشوارع والبالوعات وعملية
توزيع المياه والمدرسة ومركز
اطفاء الحريق . وتقوم أيضا
بتسجيل عقود الزواج
وبالمسائل التي تتعلق
بالاحوال الشخصية في
القرية . وتجتمع مع أعضاء
مجلس البلدية لتتساور معهم
في انتهاز أحسن الطرق
لرفع مستوى الحياة في
القرية . وافتتحت سيلفي
أيضا مدرسة للتدبير المنزلي
تقبل فيها نساء القرية على
اختلاف أعمارهن . وهي
تفكر أيضا في بناء دار جديدة
للمعادية وروضة للاطفال

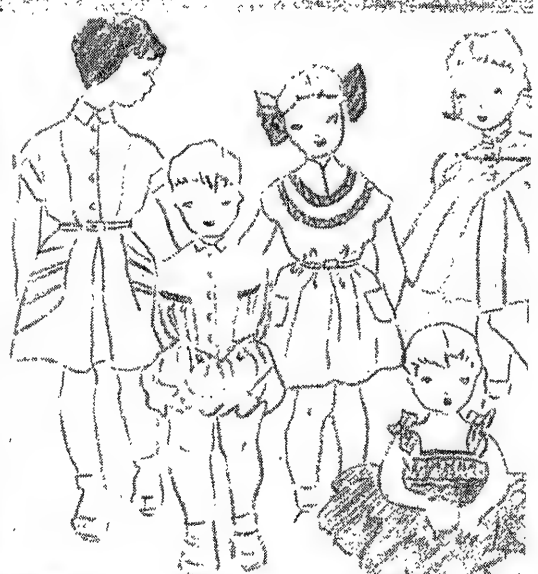
وفكرت سيلفي بعد ذلك
في انشاء مطعم مدرسي يقدم
أكلات ساخنة للتلاميذ الذين
حرموا التغذية الكافية أثناء
الحرب . واستطاعت سيلفي
بفضل مؤازرة جمعية الصليب
الاحمر والحكومة الفرنسية
أن تتفق مع طاهية لتجهز
لهؤلاء التلاميذ ما يحتاجون
اليه من طعام يحتوي على
جميع عناصر الغذاء الكامل .
ويدفع الطفل مقابل هذا
الغذاء مبلغا بسيطا جدا قدره
خمسة فرنكات أي خمسة
مليمات .

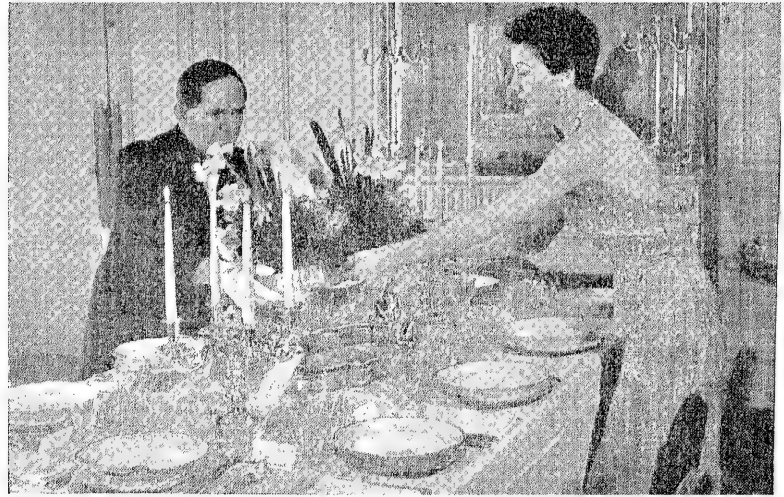
وأبت والدة سيلفي أن
تترك ابنتها تعمل وحدها
فانشأت مؤسسة أطلقت
عليها اسم (نقطة اللبن)
لتكون مستوصفا مزودا
بأحدث الآلات العلمية
والطبية . وتلقي السيدات
الحاملات النصائح من هذا
المستوصف وتقبل عليه
أيضا الامهات اللاتي ولدن
حديثا للاستشارة . وفي كل
صباح بعد المستوصف الاثناء
الصناعية لكل طفل حسب
تعليمات الطبيب . وتساهم
هيئة الصليب الاحمر
والهيئات المحلية في توريد
أدوات التعقيم والاثناء



٣٠٠ زوج منها .

ينخفض ميزان الحرارة
في شمال مقاطعة اللورين
الى ٣٠ درجة تحت الصفر
ويستقط الثلج بكثرة طوال
شهور الشتاء ويضطر الاطفال
أن يظلوا في منازلهم فتتعطل
الدراسة ويحرموا نعمة العلم
فما كان من سيلفي أن اتفقت
مع أحد العمال الذين يعملون
في المصانع أن يصلح سيارة
نقل الركاب التي في حوزته
والمعطلة منذ الحرب وقدمت
له المال اللازم لاصلاحها
والتأمين عليها ضد
الحوادث . وقد قبل العامل
مقابل أجر زهيد أن ينقل
حوالي ٢٥ طفلا الى المدرسة
يومية . ويقوم العامل في
الوقت نفسه بإصالح زملائه
العمال والفلاحين الى مقار
أعمالهم .





ويأتي بعد ذلك السكين الخاص بالسلك (ان كانت قائمة الطعام تحوى سمكا) ثم ملعقة الشورية . ويوضع الى اليمين شوكة المائدة التي يجب تغييرها بعد كل لون من الطعام هي والصحن

الصحن دون أن يملأ الى حافته . لا داعي لان يبدأ المدعوون كلهم الاكل في آن واحد . فالشخص الذي قدم اليه الطعام يجوز له أن يبدأ في الاكل دون أن ينتظر غيره .

وصاحبه لم يقوموا بدورهما كما يجب . ويقدم عادة الرجل للمرأة وتقدم المرأة للملك أو لامراء البيت المالك ورؤساء الدول ورجال الدين . والان كيف تعيينين أمكنة مدعوك حول المائدة ؟ ففي فرنسا يجلس صاحب البيت وصاحبة الواحد أمام الآخر على ضلعي المائدة الاكثران طولاً أما في إنجلترا والولايات المتحدة فانهما يجلسان على رأسى المائدة الواحد أمام الآخر . وتوزع الامكنة بعد ذلك الى يمين والى يسار أصحاب الدار بحيث تجلس كل سيدة بين رجلين وكل رجل بين سيدتين . ويجب اعطاء الكراسى القريبة من صاحبي الدار للمدعوين الى الحفلة لاول مرة بحيث يتقدمون على الاقارب والاصدقاء الذين اعتادوا المنزل .

قررت يا سيدتي أن تدعى أصدقائك على الغداء أو العشاء . عليك أولاً أن ترسلي بطاقات الدعوة قبل الموعد الذي اتفقت مع زوجك على تحديده بشمانية أيام . وان كان الشخص الذي تدعينه طبيبياً مثلاً فلا بد من أن تكتبي على الظرف حفرة المحترم الدكتور . . . والسيدة حرمه وان كان محامياً اكتبى حفرة المحترم الاستاذ فلان المحامي والسيدة حرمه وهكذا . ويجب أن تقتصر رقاع الدعوة على النص الاتي : يتشرف فلان وعقبيلته بدعوة حفرة . . . والسيدة حرمه لتناول العشاء في منزلها يوم . . . أما ان كان العشاء أو الغداء مقصوداً على أصدقاء لا كلفة بينهم فيمكن دعوتهم بالتليفون .

ثم شوكة السمك . وتوضع الشوكة والملقعة بحيث يكون جزؤهما المحدث الى أعلى . ويوضع كوب الماء أمام الصحن الى اليمين . لم يبق أمامنا الا ان أن نحضر صحن الفاكهة . ضعي على كل صحن من هذه الصحنون السكين التي تقشر بها الفاكهة والشوكة والملقعة الصغيرة .

ويجب أن يكون بين الكرسي والاخر ٧٥ سم كي لا يضايق المدعوون بعضهم بعضاً . ويمكن على الغداء استعمال فوط صغيرة توضع تحت صحن كل مدعو أما على العشاء فلا بد من وضع مفرش كبير يغطي المائدة كلها ويوضع تحته قطعة كبيرة من اللباد أو الصوف. ولون المفرش أبيض في المساء .

وان زاد عدد المدعوين عن ستة فانه من الافضل أن يوضع مكان كل واحد منهم بطاقة تحمل اسمه .

وعندما يحل موعد الغداء أو العشاء تفتح أبواب حجرة الطعام وتدعس ربة الدار الضيوف الى المائدة بكلمة : افضلوا .

يقدم الطعام الى السيدات أولاً ثم الى الرجال . يسكب الحساء في

ها قد حل يوم الدعوة . وها أنت ذي قد استعددت لكل شيء لتأتي الحفلة كاملة لا ينقصها شيء على الاطلاق . ليس أمامك اليوم الاعقيات ثلاث تعترضك ألا وهي تنظيم المائدة والمرور في حجرة الطعام وتعريف المدعوين ببعضهم . فليس هناك أقل من أن يصل المدعو الى حفلة لا يعرف أحداً من المدعوين اليها فيضطر الى تركها قبل الموعد لان صاحبة المنزل

كيف تستقبلين ضيوفك

واعلمي أخيراً أن نجاح حفلات الغداء والعشاء موقوف عليك. أنت ، أى على حسن تدبيرك وعلى ذوقك السليم . ان نجاح الحفلة لا يكون بالطعام الكثير ولكن بالطعام اللذيذ . ولا شك في أنك ستعملين بهذه التوجيهات ان عزمتم على دعوة بعض المعارف الى غداء أو عشاء .

زيني المائدة بالازهار ، ضعيها بحيث لا تحجب المدعوين عن بعضهم .

ليس من المحتم استعمال حامل السكين ولو أن البعض يستعمله لوقاية المفرش من الاتساخ .

يجب أن تضعي السكين الى يمين الصحن على أن يكون حدها متجهاً الى الصحن

طفلك الأكبر يا سيدي

وهناك زوجات على النقيض من هذا النوع ، تنظر الزوجة منهن الى زوجها نظر السيد للمسود .. فتصبح ربة البيت (ديكتاتورا) أوحاكما بأمره .. كلمتها هي العليا .. ولا اعتبار للزوج .. ولا قيمة لأرائه .. فتضعف شخصية الرجل .. ومن هنا يفقد البيت عنصر الرجولة .. فينظر الزوج الى زوجته نظرة المشفق من سلطانها ، فتفقد الزوجة مظاهر العطف والمحبة ! ..

سال أحد الصحفيين البريطانيي مسز تشرشل عن سر سعادتها الزوجية ، فأجابته بقولها : لقد اعتدت أن أدلل زوجي كأنه طفلي الأكبر ! ..

والواقع أن نظرية مسز تشرشل نظرية صائبة ... فالرجل مهما تقدمت به السنون لا يخرج عن كونه طفلا كبيرا ... وكما يتلمس الطفل أحضان أمه لينعم بحنانها وأمومتها ، نرى الزوج دائما يتلمس العطف والحنان من جانب الزوجة ، فهي وحدها التي تستطيع أن تسمح بيدها الرقيقة همومه وأحزانه ، وهي وحدها التي تستطيع أن تنسبه متاعب الحياة ، إذا ما أشرقت على تغرها بسمة الامل ، وهي وحدها التي تستطيع أن تسليه وتسامره بما حياها الله به من مميزات الانوثة ! ..

ان نظرة الزوجة الى زوجها هي الأساس الذي تقوم عليه العلاقات الزوجية ... فهناك زوجات ينظرن الى الزوج باعتباره (ديكتاتورا) في البيت ... كل مهمته فرض سلطته ونفوذه على كل من في البيت ... ويعتقد هؤلاء الأزواج أن هذه هي الوسيلة الكفيلة لحماية كيانهم كالأزواج ... فننظر الزوجة الى زوجها نظرة السجين الى سجنائه ... وتقوم العلاقات الزوجية على أساس ما تقوم عليه العلاقات بين الحاكم والمحكوم .. ومن هنا تفقد الزوجة مظاهر العطف والمحبة ! ..

ان الزوجة المثلى هي التي تنظر الى زوجها كشريك تعاونه ويعاونه على اسعاد هذا العش الذي يضمهما .. ترى سعادتها في سعادته .. وهناءتها في هناءته .. تتفاني في اسعاده ، ولا تدخر جهدا في ارضائه ... تدله كما تدلل صغارها .. وتحترمه الاحترام الحق .. فيبذلها العطف والاحترام .. وينعمان بالسعادة الحقة .. ويرفان في بجموحة الرغد والصفاء ! ..

أعرف زوجات سعيدات ، لم تكلفهن السعادة أكثر من الكلمة الطيبة ، والقول اللين والوجه البشوش ، والثغر الياسم .. وسمعت زوجة تنادى زوجها باسم مدلل .. (ميمي) .. فيهرع اليها كما يهرع الطفل الى أحضان أمه حينما تناديه .. لتعطيه قطعة من الحلوى ! .. ان سعادتك الزوجية يا سيدتي لا تتحقق الا اذا نظرت الى الزواج النظرة الصحيحة .. واتبعت في حياتك هذه الأساليب الناجحة ... ولا أظنك ستضيقين بها يوما ! .. عيسى متولى



خبرني

يا دكتور .. كيف يكون المظهر لطيفًا وقويًا في وقت واحد ؟

منذ عهد غير بعيد كانت المظهرات الوحيدة المعروفة سامة ، فكان استهلاكها يقتصر على الإخصائيين وحدهم ، وفي انقضاء ذلك العهد إلى غير رجعة .. إذ يوجد الآن ديتول المظهر العصري ، وهو مأمون رغم شدة فتكه بالبحرانيات الشاقة للعدوى ، مأمون لدرجة أن الطفل يستطيع استعماله عند الضرورة .

ديتول

المطهر العصري

جودة ، نقاء ، وطعم لا يُضاهى

مميزات جعلت من الكوكاكولا أحب مشرب في العالم



المحبون المعتدون
صانع تعبئة كوكاكولا "سيكو"

سنة ٢٠١٠

الشمس والحجاب

اختلف الناس في حكمهم على الشمس في فصل الصيف فبعضهم يقول بفائدتها والبعض الآخر يؤكد ضررها . وبمناسبة حلول فصل الصيف وفرار الناس من حره الى الشاطئ بعث الينا عدد كبير من قارئات بنت النيل يستفسر عن حمامات الشمس وعن مقدار الفائدة التي تعود على الجسم منها . وها نحن نفرّد لقارئاتنا جميعا هذا المقال الشامل لعله يفي بالقرص المطلوب .

الصماء والكبد . كما أن لها أحسن الاثر في حالات ضعف العظام والسل الخ . وللشمس مضارها كما لها فوائدها . ومن منا لم يسمع عن ضربات الشمس وعن تسلاخات الجلد أو احمراره على الاقل وغيرها وغيرها من المضار . فان أردت يا سيدتي أن تأخذى حمامات شمس يجب اذن أن تراعى الشروط الصحية الاتية :

لا تعرض جسمك للشمس مدة طويلة ودفعة واحدة فان ذلك يؤذى البشرة ويتعب الكليتين .

لقد اعتبرت الشمس منذ أقدم العصور مصدرا للحياة والبلسم الشافي من جميع الامراض . ولما تقدمت العلوم الطبيعية والطبية استطاع الانسان أن يعرف على وجه الدقة الفوائد التي يمكن استخلاصها من الشمس . وليس هناك من شك في أن للشمس فوائد عظيمة نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر ذلك النشاط الذي يذب في الكائن الحي بفضل أشعتها أضف الى ذلك قدرتها على تركيز عنصر الكالسيوم في الجسم وتنشيط الغدد

التجميل في كلمات

- ♦ اعتني بشرتك وانت في سن الرابعة عشرة فقد ينتاب بشرة وجهك حب الشباب .
- ♦ لا تلمسي وجهك بيديك الا ان كانتا نظيفتين .
- ♦ اغسلي وجهك كل مساء بالماء الدافئ والصابون الجيد
- ♦ اعرفي نوع بشرتك . هل هي جافة أم دسمة ؟
- ♦ لازالة المساحيق عن وجهك اتبعي الطريقة الاتية :
- ♦ ضعي ملعقتين صغيرتين من زيت الزيتون على صفار بيضة واضربيها جيدا . ضعي هذا المزيج على وجهك لمدة عشر دقائق ثم أزيلي به الماء الدافئ ان كانت بشرتك عادية
- ♦ أما ان كانت بشرتك دهنية فعليك باتباع النصيحة التالية : ضعي نصف لتر من الكحول النقي درجة ٧٠ وزلال ثلاث بيضات وعصير نصف ليمونة . اخلطي المزيج جيدا وضعي منه على وجهك .



تشفى الحروق
والالتهابات المتسببة
من حرارة الشمس وحمى النيل

صابون التواليت



صابون
الحسان
والنجوم

من زيت الزيتون
النقي
صنع انجلترا

فانيه نابيران
بلاطى زواج
سراعية رشيعة
عناية فائقة

مشغل
ازياء مصر الحريش
ك. كاتج حوى باثا - مفرد سينا الكوك

٢٨٧٧٢
شارع التحرير - القاهرة

تليفون بنت النيل
٤٠٦٨٤
٤٩٦٦٨

تاكد من
وجود سافورا
بالمائدة!

بحرف الطهايات
شافورا مزيدلة معط
الاطعمة وتجعلها تهيبة
جرب سافورا بنعمتك
ولت تجد تشيكا تشيكي
متبا

سافورا
التوابل الممتازة

التي تسمر البشرة صناعيا .
ادهنى جميع أجزاء جسمك
التي سوف تتعرض للشمس
بزيت اللوز الحلو أو
بمستحضر يدخل في تركيبه
هذا الزيت .

بلى جسمك الماء قبل أن
تتعرض للشمس فان مفعول
الشمس سيكون أسرع
وسبورة الجسم ستكون
أجمل .

لا تعرضى جسمك للشمس
وأنت مرتدية ملابس العادية
خاصة ان كنت ترتدين ثوبا
مصنوعا من قماش الريون
فان أشعة الشمس خلال هذا
القماش قد تسبب ضربة
شمس قوية تصل الى حد
التسلخ .

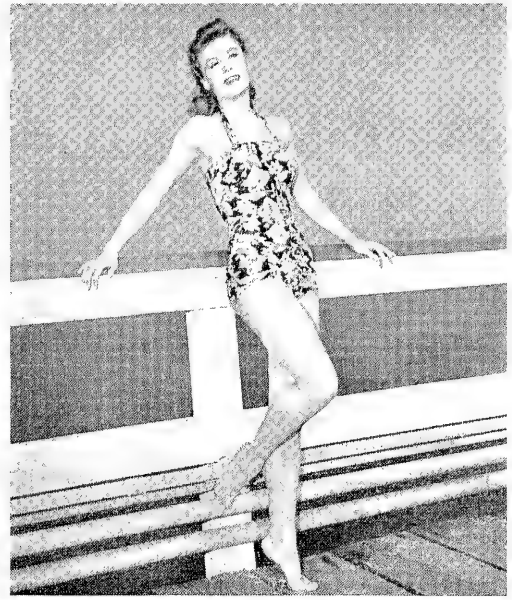
لا تعرضى نفسك للشمس
ان كانت معدتك ممتلئة
ولا تأكل ان كنت قد عرضت
جسمك للشمس . خذى
حمام الشمس ساعة قبل
الاكل أو ساعتين بعده .

ابدئى بأخذ حمام لا يتجاوز
العشر دقائق وتدرجى فيه
الى أن تصل المدة الى ساعة
وذلك بزيادة عشر دقائق عن
المرة السابقة وهكذا . . .
ففى الجلسة الاولى عرضى
الساقين الى الركبتين . وفى
الامام ثم من الخلف . وفى
الجلسة الثانية عرضى

الساقين من أولهما الى
آخرهما . وفى الجلسة
الثالثة عرضى الساقين
والجذع على الفاحيتين . وفى
الجلسة الرابعة عرضى الجسم
كله عشر دقائق . وفى
الجلسة الخامسة عرضى
الجسم كله عشرين دقيقة مع
وقاية الرأس والعينين .
زبدى مدة تعرضك للشمس
تدرجيا الى ساعة .

امتنعى عن حمامات
الشمس أثناء الميعاد الشهرى
(الحيض) .

ان الشمس مصدر الصحة
والبهجة والحياة ان عرفنا
كيف نستفيد منها فى
اعتدال .



وأحسن رداء ترتدينه أثناء
حمام الشمس هو لباس
البحر . ولا تنسى أن تضعى
على عينيك نظارة سوداء وعلى
رأسك قبعة فان الشمس
القوية تؤذى الرأس وتجلب
الصداع .

لا تضعى على وجهك
مستحضرات التجميل فانها
تؤذى البشرة عند استعمالها
فى الشمس . يجب أن تكون
بشرتك خالية من كل
المستحضرات الكيماوية حتى
ماء الكولونيا ومن المنتجات

ويمكنك أخذ حمامات
الشمس فى أى مكان فى
الهواء الطلق أو حتى فى
غرفتك . اعزلى ظهرك عن
الارض بأن تستلقى على قطعة
من القماش أو مرتبة من
المطاط التى تنفخ بواسطة
الهواء المضغوط فان ملامسة
الجسم للارض مضر للغاية
حتى فى الصيف .

ابتعدى ما أمكن عن أخذ
حمام الشمس على سطح من
الاسمنت فانه يعكس الضوء
ويؤذى البشرة .

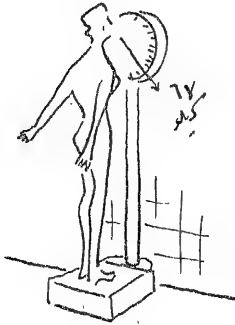
- ♦ دلكى وجهك بنوع من الكولد كريم الممتاز
- ♦ اغسلى وجهك بماء أضيف اليه قليل من زيت اللوز
- ♦ ان أردت تنظيف بشرتك جيدا .
- ♦ ان صحة البشرة موقوفة على نشاط حركات الدم فى
- ♦ الجسم . عليك اذن أن ترتبى على وجهك ربنا خفيفا
- ♦ الى أن يصبح لون بشرتك أحمر .
- ♦ هل تريدان الاعتناء بساقيك ؟ اتبعى هذه النصائح :
- ♦ ان وجدت ساقيك ممتلئتين بالفضلات عليك أن تلبسى
- ♦ فساتين تصل حافتها الى منتصف (سمانة) الرجل
- ♦ باستعمالك اللوسيون الخاص بالايدي فى دهان ساقيك
- ♦ يوميا فيمكنك الحصول على بشرة ناعمة كالقטיפه .
- ♦ لكى يكون فمك جذابا مغريا عليك برسمه بحيث يصل
- ♦ الخط الى زاويتي الفم وتستعمل الانبيقات هذه
- ♦ الطريقة التى تخفى عيوب الفم من اتساع وغلظة فى
- ♦ الشفتين وطريقة الاستعمال أن تمسكى بمرآة صغيرة
- ♦ فى يدك تحت فمك ثم تنظري فى مرآة أخرى مثبتة
- ♦ أمامك وبهذه الطريقة يمكنك مراقبة فمك من ناحيتين

جمال بعد الولادة

من الملاحظ أن معظم سيداتنا يفقدن جمال أجسامهن بعد الولادة • فممنهن من يزداد وزنهن زيادة كبيرة وممنهن من ينقص وزنهن بحيث يبدو عليهن الهزال • وفي كلتا الحالتين تفقد السيدة ما يجب أن تحتفظ به ألا وهو تناسب أعضاء جسمها •

وليس هناك أسهل من علاج البدانة أو الهزال اللذين يتتابان سيداتنا بعد الولادة وذلك باتباع قواعد الصحة ونظام غذائي خاص • وها نحن أولاء ننشر على هذه الصفحة النصائح التي يقدمها في كلتا الحالتين أخصائيو أمراض النساء •

داعي للكدر ذلك أن بعض الأجسام لها من قوة المقاومة أكثر من غيرها • لذا يجب المتابعة لمدة ثلاثة أسابيع قبل أن نسجل هبوطاً في وزن الجسم •



أما في سائر أيام الأسبوع فيكون الطعام وكمياته عادية مع الحرص على البعد عن المبالغة في أكل الحلويات والخبز •

وتفقد الأجسام عادة بين نصف كيلوجرام وكيلوجرام واحد في الأسبوع •

إن قلة الكالسسيوم التي تنتج عن الرضاعة تمنع اتباع أي نظام تجميل يعتب أو

الافطار :

فنجان شاي أو فنجان قهوة
بيضضة مسلوقة

بقسمات

الغداء :

١٠٠ جرام من اللحم

المشوى

٨٠ جرام جبن

قطعة بقسمات

كوب ماء

العشاء :

١٠٠ جرام لحم مشوى أو

بيضتان مسلوقتان

٨٠ جرام جبن

بقسمات

كوب ماء

ويستحسن خلال هذه الايام الثلاثة أن تخلد الى الراحة السيدات اللواتي لا يشتغلن • أما السيدات اللواتي يضطرون بحكم عملهن الى النزول يوميا يجب أن ينمن مبكرات •

ولا بد من أخذ الوزن قبل وبعد الايام الثلاثة في الصباح وبعد خلع الملابس • وينخفض الوزن عادة بين اثنين وثلاثة كيلو جرامات • وإن لم يتغير الوزن في أوائل هذا النظام الغذائي فلا

يجب على كل سيدة أن تذهب الى طبيبها ليفحصها فحفا دقيقا بعد الولادة بشهرين • فإذا اتضح بعد الفحص أن الحالة الصحية مرضية من جميع الوجوه يمكن للسيدة أن تنظر الى مرأتها وتبدأ في العناية بجمال وجهها وجسمها •

الى اللواتي يزداد وزنهن : يجب ألا اتباع نظام غذائي صارم وقد اخترنا لهذه الحالة النظام الغذائي الذي يتبع ثلاثة أيام والذي يأتي بأحسن النتائج •

ففي كل يوم اثنين وثلاثاء وأربعاء من كل اسبوع يجب الاقتصاد على الطعام الاتي :



هذه هي المرأة الجديدة التي يجب أن تكون

اشتركي

في مكافحة

الامية

بين النساء

بن الترميز

مجلة نسائية اجتماعية أدبية

تصدر أول كل شهر

مأجنتها ونسبها

للذكور والذكور

يشرف على تحريرها

للذكور والذكور

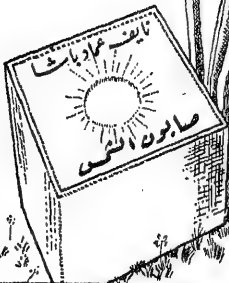
الارادة : ٤٨ : شارع النيل، القاهرة

تليفون : ٤٩٦٦٨ - ٤٩٦٨٤

صابون الشمس



يرغى بسرعة
ويذوب ببطء



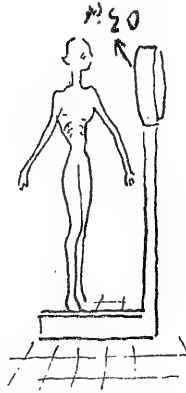
داومي على استعماله
تظل ملاسك جديدة
ناصعة البياض

إنتاج مصانع

نايف عمدا باشا
طنطا

الى اللواتي ينخفض وزنهن :
على هؤلاء أن يتناولن
صباحا طعاما مغذيا وغنيا
بالسكر والزبد .

وها هو طعام افطار
نموذجي لهذه الحالة : قهوة
باللبن مسكرة . خبز وزبد
ومربي وكرواسان .
يجب الامتناع عن القهوة
السادة بعد الغذاء والشاي
الساعة الخامسة . على أن
تتناول السيدة بدلا منها
قطعة من الحلوى وخبزا
بالزبد والمربي . ولا بد
أيضا من الاستراحة بعد
تناول طعام الغذاء على ألا تقل
مدة هذه الراحة عن ساعة .



وننصح السيدات اللواتي
انخفض وزنهن كثيرا بعد
الولادة بأن يشربن قبل
تناول الطعام بنصف ساعة
كوب ماء أذيب فيه ثلاث قطع
من السكر .

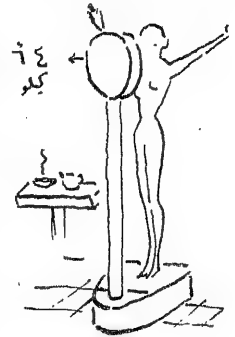
ويجب أن يكون الطعام
كثيرا . ولا بد من الامتناع
عن الخروج مساء طالما لم
يعد وزن الجسم الى ما كان
عليه . لا بل يجب أن تنام
السيدة ما لا يقل عن عشر
ساعات كل ليلة .

أما التمرينات الرياضية
فان ممارستها واجبة على
الامهات منذ الشهر الثاني
من الولادة . وسنفرد لها
بحثا خاصا في أحد أعداد
بنت النيل القادمة .

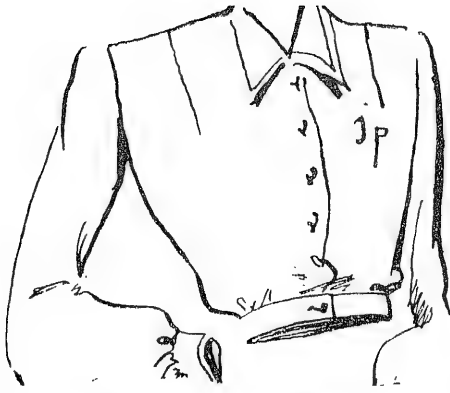
يرهق الجسم ، واننا هنا لا
نشير على السيدات اللواتي
يقمن بإرضاع أطفالهن باتباع
هذا النظام .

ويجب ألا ننسى التدليك
الذي لا بد منه خاصة أن
كانت الانسجة قد انتابها
نوع من الاحتقان مما يكثر
حدوثه بعد الولادة . وعلى
ذوات اليسار أن يذهبن الى
أحد معاهد التجميل أو
التربية البدنية لتقوم إحدى
الاخصائيات بتدليكهن . أما
السيدة التي لا تسمح لها
حالتها المالية بذلك فعليها أن
تقوم نفسها بعملية التدليك
وذلك باستخدام الآلة
الخاصة التي تباع في جميع
الصيدليات . ومن ناحية
أخرى فاننا ننصح بدهن
البشرة بالكريم النسيم
وخاصة بشرة البطن
والثديين لمنع التقيحات التي
تظهر عادة بعد الوضع .

أما فيما يخص
بالتمرينات الرياضية التي
نشير بها على اللواتي انخفض
وزنهن بعد الولادة فاننا
لا نشير بها اطلاقا على
اللواتي زاد وزنهن أو لم
يتغير . ذلك أن التمرينات
الرياضية ترهق جسم
السيدة التي وضعت مولودها



حديثا . لذا فاننا لا ننصح
بهذه التمرينات الا بعد أن
يعود وزن الجسم الى ما كان
عليه قبل الحمل . وكل
تمرين رياضي يؤدي قبل
الاروان يزيد من وزن الجسم
ويتعب القلب .



تفصيل الكورساج

١/٢ سم للياقات الكبيرة
ويمكن التأكد من هذا العمق
بسهولة في البروفات .

أما عن المقاسات التي
تتعلق بالياقة فإنها تنطبق
على الياقة التي تكون عند
قاعدة العنق . احدى الياقة
حسب الشكل الذى وقع عليه
اختيارك . احصى على ألا
تكون الياقة عريضة أكثر من
اللازم ان أردت الحصول على
ياقة لا ييب فيها .

ولباس الصدر يجب أن
يكون العمق من ٤ سم الى ٦
سم لمحيط صدر يبلغ ٨٠ سم
الى ١٠٠ سم . وان كان محيط
الصدر أكثر أو أقل كبرى
أو صغرى بالنسبة نفسها أى
١/٢ سم لكل ٥ سم .

لاحظي جيدا

ان كان محيط الصدر أقل
من ٨٥ سم فإن حنية الكتف
يجب أن تكون ٥ سم للظهر
و٤ سم للامام بدلا من ٦ و٥
لمقاسات المانكان .

ان الرقم الذى تحصلين
عليه لاتساع الظهر والصدر
يكون فى غالب الاحيان
مضبوطة ولكن لا بد من التأكد
منه على الشخص نفسه قبل
عمل الباترون .

للسيدة التى يكون
صدرها صغيرا وجذعها
عريضا يجب اضافة من ١ سم
الى ٢ سم على نصف الاتساع،
ويجب عمل العكس ان كانت
السيدة ذات صدر عريض .

كيفية أخذ المقاسات :

ضعى شريطا حول الخصر
١ - خذى طول الجذع
من الامام من منتصف الكتف
فى محاذاة الياقة على أن يمر
على النقطة الأكثر بروزا من
الجسم .

٢ - خذى طول الجذع من
الظهر مبتدئة من منتصف
الظهر عند قاعدة الرقبة
منتهية عند الخصر .

٣ - خذى محيط الصدر
عند النقطة الأكثر بروزا
ودون أن تضغطى عليها

٤ - خذى محيط الرقبة
عند منتصفها .

للظهر خذى ثلث محيط
الصدر وزيدى عليه ٤ سم .
الصدر يساوى الظهر

ان كان محيط الرقبة ٣٢
سم فان عرض الياقة للظهر
وللامام يساوى ٦ سم .

وعنق الجزء الامامى ٨ سم
وان كان محيط الرقبة
أكبر أو أصغر من ذلك فيمكن

التكبير أو التصغير بنسبة
١/٤ سم للسنتيمتر الواحد
مثال ذلك : لمحيط رقبة ٣٣

سم يكون عرض الياقة ٦
وربع سم وعمق الجزء الامامى
٤/٣ سم .

ولمحيط رقبة ٣١ سم يكون
عرض الياقة ٤/٣ سم
وعنق الجزء الامامى ١/٤ ٨

سم .
العمق للظهر يكون ١ سم
فقط للياقات الصغيرة

كاميليا رعاية صحية السيدات الشخصية



الحل
لمتاعب
أيام
العطلة

اختارى «كاميليا» تلك الأيام الكثيرة التى تحب
وتخفف عنك . ان فوط «كاميليا» معدة ناعمة لتظل
ناعمة دون أن تسخن وتتكفل اعظم قدر من
الامتصاص وبذلك توفر وقاية كاملة .

قام بصنوعها فى إنجلترا : ST. ANDREW MILLS Co., LONDON

ص. ٣٨ مصر ١٩٦١

كوبلكس

أحسن صابون لرنية الوجه

إنتاج

شركة اوطان كبرى الزيات



Complex

اشتركى فى

مجلة بنت النيل

٥٠ قرشا الاشتراك السنوى فى مصر



تستقبلين يا سيدي
كما كانت تستقبل سيدات الأوس

هذا الجوهرة الذي اشتهرت به
صالونات فرنسا على مر الزمن
هذه الضيافة الرائعة التي لها قدرها
على خطوط إير فرانس هي من أجل مميزاتها

ان السحر، والمرح، والأناقة
تسود على طائرات إير فرانس
أنت ضيفتنا كريمة
إن الذين يتقبلونك يحسون لك

الفرانس

الفروع : القاهرة عمارة فندق
شبرد تليفون ٤٥٦٧٠
الاسكندرية : شارع فؤاد
تليفون ٢٣٩٢٩



الادارة المركزية والمحطة الجوية
القاهرة : ميدان سليمان باشا
تليفون ٧٩٩١٥ - ٧٩٩١٤

الابيض في باديس



الى اعلی تقدم
جان لافورى
قطعتين من النيل
الصدر مفتوح على
جيله بليسيه من
الموسلين الحريري
الازرق • اما القبة
فهي من تصميم مود
ونانو وقد غطيت
بغواليت •

الى اليمين
يقدم مارسيل
روشاء هذا
الانساميل من
الصوف الخفيف
وهو يتكون من
فستان جزؤه الاعلى
بدون حمالات
وبغلى ببوليرو



الى اليمين

تقدم محلات ماجى روف ايشمارب
مختلف الالوان وهو اللون الوحيد على
هذا التاير المصنوع من النيل الابيض
ويلاحظ أن الجيبين مربعان على الباسك
والكمين يقفان عند المرفقين • أما القبعة
فهى من طراز الكاوتيه من تصميم
اورسيل • •



هذا المعطف
الذى يرتدى لبعده
الظاهر مصنوع من
النيل الابيض
ومحرم بحزام
اسود لماع يمتاز
بأكمام منتفخة
تشبه الكاب وبقبة
صغيرة • أما القبعة
فهى محلاة بعقدة
أفقية غابة فى
الجمال والروعة

وصل بنت النيل
 جميل الطبع عدا
 الشورت الجميل
 لحمامات الشمس
 وقد صنع من قماش
 فطني مخطط بالاجر
 الغامق والابيض
 وأطلق جاك هايم
 عليه اسم (يجونيا)
 أما حقيبة البلاج
 فهي مصنوعة
 من الخيزران



حقيبتان للبلاج - صنعت
 الاولى من الخيزران الخفيف
 أما الثانية فهي من القماش
 المطبوع بأسماء مختلف
 عواصم العالم



تقدم صانعة القبعات المعروفة سيمون كانيج هذه القبعة المصنوعة من القش والمحلاة بالازهار

هذه جريئة أنباء شهرزاد
وهذه أنت أليفة في
إذا .. أنباء شهرزاد

ستخدمنا قنك

تفصيل

فساتين . بلاطى

تاثيرات . بنطلونات

موديلات حديثة دائما

سرعة في مواعيد التسليم

انزلى

شهرزاد

٢٥ شارع شريف باشا بالقاهرة - امام عمارة الامم المتحدة



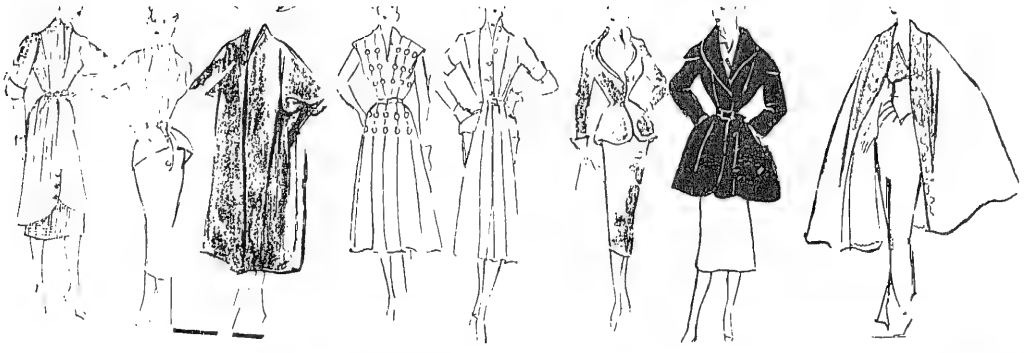
٧١١ ٥٩

فستان جميل للتسوايت
وللحفلات الرسمية وقد ارسل
الينا خصيصا من باريس
ويلاحظ أن القبة ذات حافة
واسعة .



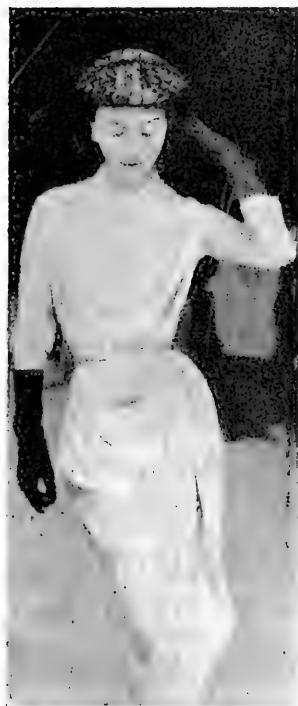


ثوب مبتكر لبعده الظهر حل
باهلة أنتشرت فيه هنا وهناك •
أما الخصر فضيق ومن لون آخر
وبلاحظ أن البوليرودو كمين
قصيرين •



للصيف احكامه كما للشقاء
 احكامه وها هي ذى بنت النيل
 تقدم لآرائها على هاتين الصفحتين
 مجموعة من الفساتين تلبس في
 المناسبات المختلفة . فالى يمين هذا
 الكلام نقدم هذا «الانسامبل» البديع
 وهو عبارة عن معطف فضفاض
 بياقة مبتكرة اما الجونبله فهي
 ممتاز بضيق خفيف لا يعطل حركة
 الساقين . ويرتدى هذا «الانسامبل»
 بعد الظهر . اما الفستان المنشورة
 صورته الى يمين صفحة ٢٧ فهو
 فستان تواليت درايه سهل التنفيذ
 لا يحتاج تنفيذه الى كبير عناء والى
 يسار الصفحة فستان جميل
 وبسيط لسهرات الصيف . والى
 يسار نفس الصفحة يقدم « بيمر
 كلارانس » صانع الازياء المعروف
 هذين التاثيرين .





للصيف



بلوزة من التوال دي سوا
الرمادي الجميل ويلاحظ
أن البناس في منتصف الصدر
وينتهي بجيبين على هيئة
مثلث موروب

هذه البلوزة مصنوعة من قماش
اللينون المطرز بخبات صغيرة • وقد
حلي بباندة سادة ركبت على الحافة
بالاجور •

بلوزة بكرافات مثبتة بأزرار
وهي مصنوعة من قماش
البنيكيه الابيض ابتكارمارنييه

بلوزة من اللينون الابيض
حليت بصدرية بليسيه •
ترتدي تحت تاير بدون قلابات

بلوزة باكمام تصل الى ما
فوق المرفق على شكل نجمة
على من قماش الشاش البرتقالى



بلوزاته



صنعت هذه البلوزة من قماش
اللينون الخفيف ذي اللون
الازرق وقد حليت بهذه
الفيونكة التي تشبه أشعة
الشمس

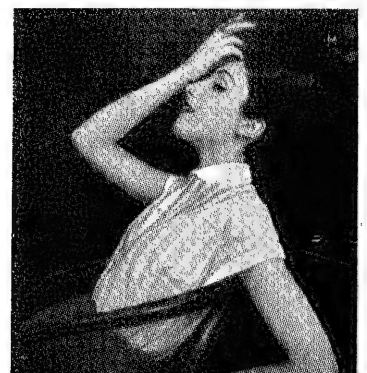


هذه البلوزة الجميلة تقدمها محلات
دينين ومادلين وتمتاز الياقة والصدر
بأنهما باللورب ومن قطعة واحدة من
اللينون والبيكيه .

بلوزة من الاورجاندى بقلم
خفيف رمادى وأبيض وتقل
اليساقة بكرافات صغيرة

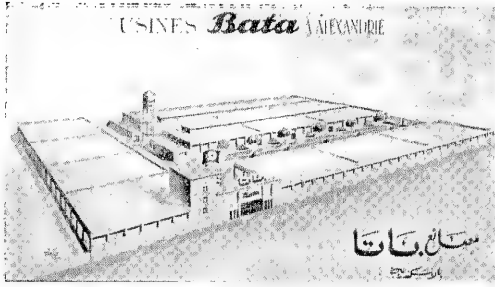
بلاسترون من البيكيه المبطن
باللينون على هيئة مروحة .
أما القماش فهو من اللينون

بلوزة بدون أكمام وبخطوط
بيضاء وزرقاء . أما الياقة
فهي من اللينون المبطن



توضيح لطيف
المرتبعة





مصانع شركة باتا للاحذية بالاسكندرية التي احتفل بافتتاحها يوم السبت ١٢ مايو سنة ١٩٥١ بحضور معالي سليمان غنام باشا وزير التجارة والصناعة

بنت النيل

في شئون منزلك

رأت بنت النيل أن تذلل لقاراتها الكرام ما يقابلهم من متاعب في شئون منازلهم فخصصت جزءا منها للإجابة فيه عن الأسئلة الخاصة بشئون المنزل • كما رأت أنه من الأفضل كتابة السؤال أيضا بجانب الإجابة لما قد يكون له من أهمية لحضرات القارئات ••

طريقة كي الجورجيت :

مكان البقعة • وكررى العملية عدة مرات - ستلاحظين ليونة البقعة بدرجة تسهل عليك إزالتها من فوق المنضدة

إبادة الصراصير :

أعاني متاعب لا حد لها من كثرة الصراصير بمنزلى وقد حاولت بطرق كثيرة

إبادتها فلم تفلح • فهل من طريقة فعالة أكيدة لإبادتها ؟

ج - أولا يجب عليك سد جميع الشقوق التي تأوى إليها الصراصير بمعجون الاسمنت أو الجبس والتي توجد عادة فى المطابخ وخلف

المواسير فى دورات المياه • ثم النظافة المستمرة فى

دواليب ونمالي المطبخ بدعكها بالماء الساخن والصابون • وبعد جفافها انثرى قطعاً

صغيرة من معجون (الكومن سنس) - ويبساع

بالاجزأخانات - فى أركان وأرفف الدواليب وأركان

الحجرات وتحت المواسير ولاحظي أن تكون على مسافات غير متباعدة • مارسى هذه

العملية يوميا بلا انقطاع لمدة خمسة عشر يوما بالضبط

وفى نفس الوقت لا تتركى أى مأكولات مكشوفة فتختفى

الصراصير من منزلك اختفاء تاما طول الصيف •

ج • ص •

س - غسلت شميزيت جورجيت فانكشمت لدرجة أصبحت لا تصلح الا لطفلة صغيرة • فهل من طريقة لإصلاحها وإرجاعها لحالتها الأولى ؟

ج - الجورجيت عادة يظهر فى حالة منكشمة بعد غسله ولكن الكى الصحيح يعيده الى حالته الاصلية -

ندى الشيميزيت جيدا بالماء ولفيها فى فوطه لثا محكما وإتركها لمدة حتى تتشرب جميعها الماء ثم اكويها بمكواة متوسطة الحرارة مع الشد

حالة الكى فتعود الى أصلها

بقعة بوية على أخشاب الويليا

س - على أثر طلاء جدران حجرة الجلوس ببوية الزيت لاحظت وجود بقع من البوية فوق منضدة ثمينية من

الخشب المدهنون رغم الاحتياطات الشديدة التي اتخذت لتلافى ذلك وقد

جربت دعكها بكرىم الاثاث فلم تزل فهل ترشدينى عن

طريقة لازالة هذه البقعة ؟

ج - قد ينفع ماء البرافين فى ازالة هذه البقعة - امزجى

ملعقتين كبيرتين من زيت البرافين بمقدار كوب من

الماء بلى خرقة بهذا المحلول واعصرها جيدا ثم بلى بها

عادية أو فلورسنت



أطلب دائما لمسات

فيليبس

الزعيم أولاد يعقوب كوهنكا
ش.م.م. ١٩٥٤
القاهرة، الاسكندرية

وانت في غرفتك



التمرين الاول :

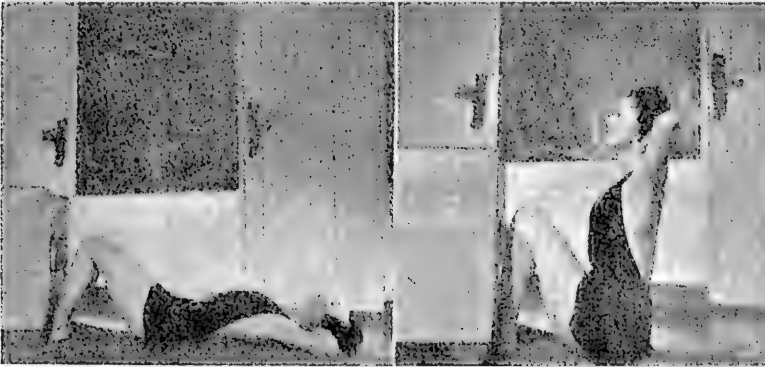
لتقوية عضلات الصدر

- ١ - اتكئي على مسندى الفوتيل مع فرد الجسم والوقوف على طرفي القدمين
- ٢ - انزلي ببطء الى أن تمسى بصدرك المخدة التي على المقعد .



ب

١



ب

١

التمرين الثاني :

لتقوية عضلات البطن

- ١ - ضعي قدميك تحت الفوتيل مع ثني الركبتين وشبك اليدين على الرقبة .
- ٢ - انزلي ببطء الى أن تصلي الى الأرض . لا تحركي الذراعين . عودي الى وضعك الاول



١

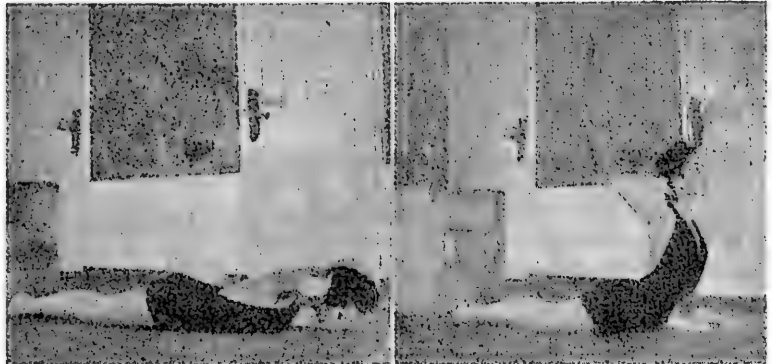
ب



التمرين الثالث :

لتقوية عضلات الجذع

- ١ - استلقي على بطنك مع وضع قدميك تحت الفوتيل .
- ٢ - اصعدي بجذعك الى أعلى وببطء مع رفع الرأس وشد الكتفين الى الخلف .





الطرق الجوية البريطانية
إلى B.O.A.C

باكستان الهند سيلان

مسافر إلى الشرق على طائرات الطرق الجوية البريطانية

من القاهرة إلى	وقت الطيران	عدد الرحلات	الرجوع	ذهاباً	ذهاباً وإياباً
كراتشي	٩ ساعات	١٢	٧٣,١٥٠	٧٣,١٥٠	١٣١,٦٥٠
بومباي	١٥	٣	٨٣,٨٥٠	٨٣,٨٥٠	١٥٠,٩٥٠
دلهي	١٦	٢	٨٤,٨٥٠	٨٤,٨٥٠	١٥٢,٧٠٠
كالكتا	١٧	٨	٩٧,٥٠٠	٩٧,٥٠٠	١٧٥,٥٠٠
كولمبو	٢٠	٣	٩٩,٤٥٠	٩٩,٤٥٠	١٧٩,٠٥٠

خدمات منتظمة على طائرات B.O.A.C. إلى :-
لاتجون - سنغافورة - هونغ كونج - طوكيو



الطرق الجوية البريطانية تعني لك كل إضائة

سافري طائرات B.O.A.C



للاستعلامات : اتصلوا بمركز جزر الاماكن التابع للطرق الجوية البريطانية . القاهرة شارع قصر النيل
ت ٤٩٩١٠ - ٤٩٧١٧ . الإسكندرية ميدان سعد زغلول ت ٢٢٨٧٧ - ٢٢٨٨١ أوجي جميع وكالات السياحة
BRITISH OVERSEAS AIRWAYS CORPORATION WITH QANTAS, S.A.A., T.E.A.L.

١-٩٠

اشتركي في اتحاد

بنت النيل



التمرين الرابع :

للرأس والرقبة

١ - اتكئ بذراعيك على
حائطين مع رفع كعبيك
والوقوف على طرفي قدميك

٢ - ميل بجسمك الى
الامام الى أبعد حد ممكن
عودي الى وضعك الاول
وهكذا ...





للبيوت صبحي

حلويات العيد

بمناسبة حلول عيد الفطر المبارك ساقطص في هذا العدد على توضيح بعض الاصناف التي تصنع عادة في هذه المناسبة من بسكوتات وحلوى مختلفة خلاف الكعك والغريبة اذ سبق ان اوضحت طريقة عملهما في اعداد كثيرة في الاعوام الماضية

عمل الفندان

المقادير :

نصف كيلو سكر روس أو ٢ كوب ماء
مايكنة ألوان مختلفة حسب الرغبة

الطريقة :

١ - ضعى السكر والماء في حلة نحاس نظيفة وارفعيها على نار هادئة مع التقليب المستمر حتى يذوب السكر تماما .
٢ - اتركيه يغلي فوق النار الهادئة حتى يعقد ولمعرفة ذلك خذي نقطة من المحلول السكري وضعيها في طبق به ماء بارد فاذا تكونت كرة متماسكة لينه ارفعي الاناء فورا من على النار والا فسدت النتيجة

٣ - صبي المحلول السكري على رخامة مبلولة ورشي سطحة رشا خفيفا بالماء واستمري في تحريكه بملقعة خشب حتى يتماسك قليلا ثم ادعكيه فوق المنضدة براحة يدك من أسفل لاعلى مع الضغط الشديد في العمل والسرعة حتى يصير كالعجينة يسهل تشكيلها ثم شكله حسب الاتي :

(ا) خذي قطعة من عجينة الفندان السابقة وافرديها بالنسابة فوق الرخامة لسمك ٢ سم ثم قطعيها بالسكين الى مكعبات صغيرة وزخرفي سطح كل واحدة بقطعة من الجوز المقشور ثم ضعى كل واحدة في طبق صغير من الورق المزخرف ورصيها في علب الحلوى لحين استعمالها كما هو موضح بالرسم

(ب) خذي قطعة من عجينة الفندان السابقة ولونيهاا تلونا خفيفا باللون الاخضر ثم شكلها على شكل كور صغيرة ثم اضغطيها بين نصفين من الجوز المقشور (عين الجمال)
(ج) خذي قطعة من عجينة الفندان وافرديها على الرخامة ثم قطعيها الى مكعبات سمكها ٢ سم ثم درججها على اللوز المبشور ناعما ولغيها في الورق السولفان واحفظيها في العلب لحين تقديمها .



كرات جوز الهند

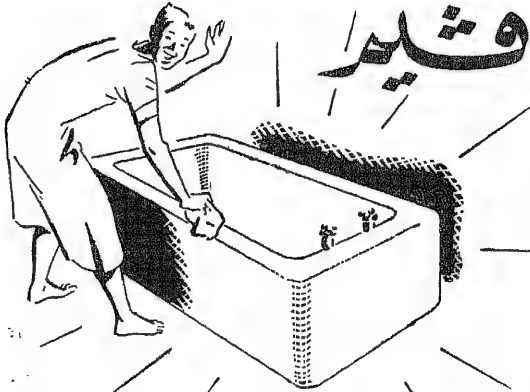
المقادير :

اتبعي نفس المقادير الموضحة في كرات الشيكولاتة ص ٣٦ واستبدلي مبشور الشيكولاتة بمبشور جوز الهند . كذلك استبدلي اللبن المستعمل في العجين بقليل من مربى المشمش بعد تدفئتها على نار هادئة لتتحلل

الطريقة :

١ - اخلطي جميع المقادير الجافة ببعضها كما هو موضح في كرات الشيكولاتة ص ٣٦ .
٢ - ضعى قليلا من المربى في كزولة فوق نار هادئة حتى تدفا فقط وتتحلل ثم تعجن بها المقادير الجافة حتى تصير كتلة متماسكة يسهل تشكيلها كما ستعزفين في كرات الشيكولاتة . ثم تغمس كل واحدة في مبشور جوز الهند وتكمل كما هو موضح في كرات الشيكولاتة

نظيفة ولا معة بفضل فشير



لا نخش كثرة الساخ أحواض
الاستحمام إذ أنت **فشير**
ينظفها جيداً ويعيد إليها لمعانها
سريعاً ، واستعمال **فشير**
في تنظيف جميع أدوات
المطبخ من حلال وأحواض
يجعلها لامعة كالجدية

فشير
المنظف
السريع
المضمون

استعملوا
فشير
إنه أضمن



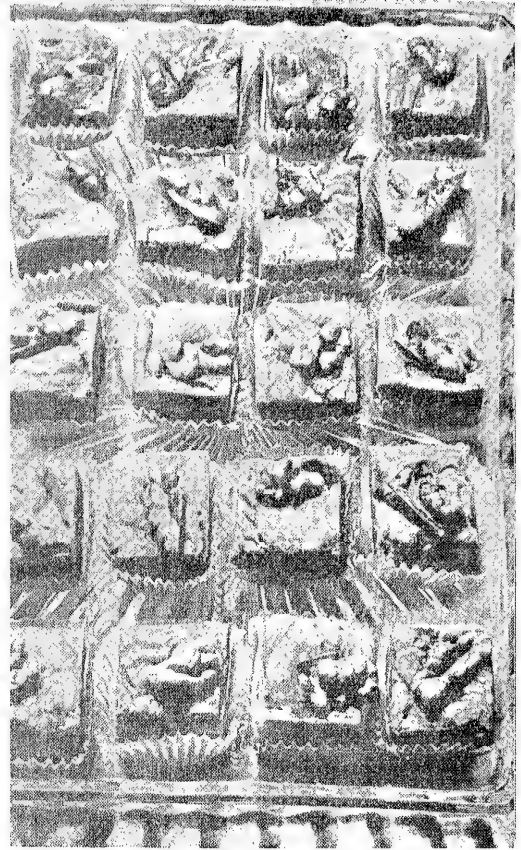
C.V. 14-785

٥٧٣٠٥٠٥٠

انضمي الى

اتحاد بنات النيل

٤٨ شارع قصر النيل تليفون ٤٩٦٦٨



شكلمة جوز الهند

المقادير :

ملعقة شوربة كبيرة مبشور
جوزهند
قليل من الكريز المسكر
للزخرفة

زال ٥ بيضات

ثلث رطل سكر بودرة

الطريقة :

١ - ضعي زلال البيض والسكر معا في كزرولة فوق
نار هادئة جدا ويضربان ضربا قويا مستمرا بمضرب البيض
السلك حتى يتحول الخليط الى مزيج له قوام مطاط جامد
(عرق) ثم يرفع فوراً من على النار وأضيفي عليه مبشور
جوز الهند وامزجيه جيدا

٢ - تقطع بملعقة الى وحدات صغيرة على شكل هرم فوق
صينية مدهونة جيدا بالسمن السائح ورشوشة بالدقيق
٣ - جملي سطح كل واحدة بقطعة من الكريز المسكر
وتخبز في فرن هادئ جدا حتى تتماسك

٤ - توضع على منخل سلك حتى تبرد وعند التقديم
ضعى كل واحدة في طبق صغير من الورق المزخرف كما هو
موضح بالرسم أو رصها في طبق مسطح مفروش بوزقة من
الدانتيل

عمل الشريك

الشريك يحل محل فطير الرحمة وهو اقتصادي

المقادير :

أفة دقيق استرالي
نصف أوقية خميرة بيرة
ذرة ملح
كوب سكر
كوب نباتين
نصف فنجان شاي سمسسم
أبيض

الطريقة :

- ١ - أضيفي السمسسم الى النباتين وارفعيه على النار حتى يصفر لون السمسسم
- ٢ - أضيفي النباتين والسمسم وهو ساخن الى الدقيق وادعكيه قليلا باليد وتعرف هذه العملية بعملية (البس) كما في الكعك .
- ٣ - ضعي الخميرة في فنجان واخليطها بملعقة شاي سكر وادعكيها جيدا حتى تسيل ثم أضيفي إليها قليلا من الماء الدافئ وتضاف الى الدقيق
- ٤ - يذاب السكر في مقدار نصف كوب ماء دافئ واعجنى به الدقيق حتى تتكون عندك عجينة متوسطة اللبونة يسهل تشكيلها مع اضافة قليل من الماء الدافئ كلما احتاج الامر لتحصيل على العجينة المطلوبة
- ٥ - غطي العجينة واتركها في مكان دافئ حتى تخمر ويعرف ذلك بتضاعف حجمها
- ٦ - خذى قطعة من العجين وابعنيها ثم شكلها حسب الاشكال التي ترغبينها فاما مستديرة على شكل كعكة أو جدائل (صفيرة) وادعني الوجه بالبيض ورشيه بقليل من السكر السنترفيش اذا رغبت .
- ٧ - ضعيها على صاج وغطها ثم اتركها في مكان دافئ حتى يتضاعف حجمها ثانيا ثم يخبز في فرن ساخن .

كرات الشيكولاتة

المقادير :

ربع رطل فئات كعك اسفنجي
أو بسكويت سافواي يكسر
وفتت
ربع رطل مبشور شيكولاتة
ربع رطل سكر بودرة
فواكه مسكرة مفرومة
قليل من الفانيليا
لبن للعجن

الطريقة :

- ١ - مرري بقايا قطع الكعك الاسفنجي أو البسكويت في منخل سلك لتحصل على فئات ناعمة
- ٢ - افرمي الفواكه المسكرة الى قطع رفيعة
- ٣ - اخلطي جميع المقادير الجافة ببعضها ثم اعجنها باللبن حتى تماسك وتكون عندك كتلة يابسة يسهل تشكيلها
- ٤ - قطعيها قطعاً صغيرة وتكور كل قطعة بين راحتي اليد على شكل البلي ثم اغمسها في الشيكولاتة المحببة وتعرف باسم شيكولاتة (فارماسيل) .
- ٥ - ضعي كل واحدة في قالب من الورق ان أمكن أو رصينها بجانب بعضها في علبة من الورق وتحفظ لحين تقديمها .

طعام في يوليو

الاحد اول يولييه
مسقعة قرع ، مكرونة ،
سلطة خضار ، خساف
تفاح

الاثنين ٢ يولييه
لوبياء خضراء مكمورة ،
أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الثلاثاء ٣ يولييه
لحم بوفتيك ، دقية باميا ،
أرز مفلفل ، سلطة بنجر ،
فاكهة

الاربعاء ٤ يولييه
مسقعة باذنجان ، مكرونة
سلطة زبادى ، فاكهة

الخميس ٥ يولييه
سمك مقل ، صياضية
سمك ، سلطة طحينية ،
فاكهة

الجمعة ٦ يولييه
ورق عنب محشو ، سلطة
زبادى ، فاصوليا خضراء
مكمورة ، فاكهة

السبت ٧ يولييه
لحم بالدمعة ، ملوخية
خضراء ، أرز مفلفل ،
مخلل ، الماطية ليون

الاحد ٨ يولييه
صينية بطاطس ، سلطة
خضار ، فاكهة

الاثنين ٩ يولييه
محشو ضلجة متنوعة ،
فاصوليا جافة مكمورة ،
سلطة خضار (فاكهة

الثلاثاء ١٠ يولييه
طاجن اللحم بالخضر ، أرز
مفلفل ، سلطة زبادى ،
قمر الدين مطبوخ

الاربعاء ١١ يولييه
طعمية ، سلطة طماطم ،
فاكهة

الخميس ١٢ يولييه
مسقعة باذنجان ، سلطة
زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الجمعة ١٣ يولييه
أرانب محمرة ، ملوخية ،
دمعة ، أرز مفلفل ، فاكهة

السبت ١٤ يولييه
دقية باميا ، أرز مفلفل ،
سلطة خضار ، فاكهة

الاحد ١٥ يولييه
ترلى (على بهريز العظم)
أرز مفلفل ، سلطة خيار ،
فاكهة

تليفون بنت النيل
٤٠٦٨٤
٤٩٦٦٨

شركة مصر للغزاة والنسيج

شركة مساهمة مصرية

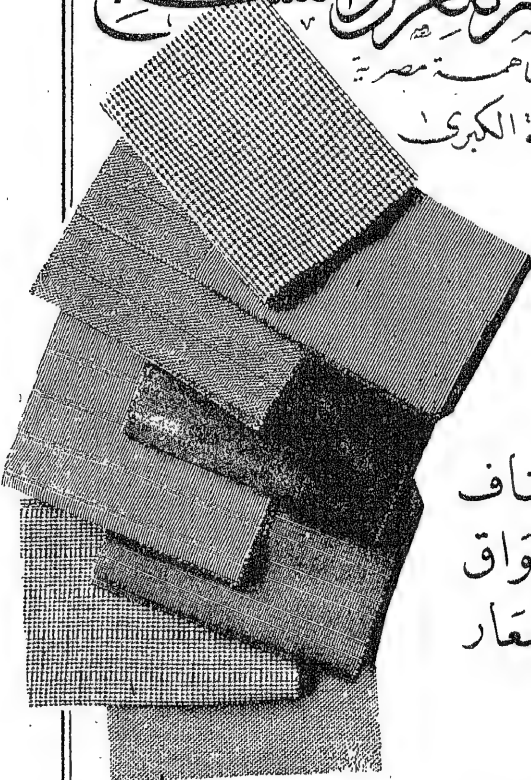
مصانعها بالمحلة الكبرى

مصنع الصوف

يقدم

أجود الأصناف
أحسن الأذواق
بأرخص الأسعار

أطلبوها من جميع المحلات التجارية



مفرد سفر انيت



ليس هناك أجمل من المفروش المطرز تطريزا جميلا •
وها هي ذى (بنت النيل) تقدم لقاراتها هذا الرسم
الجميل متوخية فيه البساطة والبعد عن التعقيد •
وسوف نقدم تباعا على هذه الصفحة بعض هذا اللون
من الاشغال التي لا غنى للبيت المصرى عنها راجين من
القارئة العزيزة أن ترسل إلينا بمقترحاتها في هذا
الشان ••

الطريقة

ارسمى على المفروش
مجموعة من هذه الوحدات
متناسكة حتى تكون شكل
مربع فى الوسط ثم اثنى
حروف المفروش واشغلبها
بغزة الاجور أما طريقة
شغل هذه الوحدة فهي
الطرف الذى فى الخارج
فيشغل بغزة الفستون أما فى
الداخل فيشغل بغزة الفيل
تبريه وهكذا حتى تنتهى من
شغل هذا المفروش
بهيرة لطفى

هل تعلمين يا سيدتى أن
منظر المائدة الرشيقة الانيقة
لا يكمل الا بمنظر المفروش
الموضوع فوقها وان من
دواعى الزهو أمام ضيوفك
الاعزاء حين تطرزين بأناملك
الريقة هذا المفروش البديع
واليك يا سيدتى رسم مفروش
أنيق وهذه صورة مصغرة
للوحدة التي يتكون منها هذا
المفروش بعد تكبيرها مرتين
حين ترسمينها على المفروش
أما على القوط فتبقى بهذا
الحجم الصغير •

الشركة المصرية للمواسير والأحذية
والصناعات من الأسمت المساج

سجوارى

١٥ شارع شريف باشا بالقاهرة - ٥٥٨٦٧٠

منتجات من الأسمت المساج والفير المساج

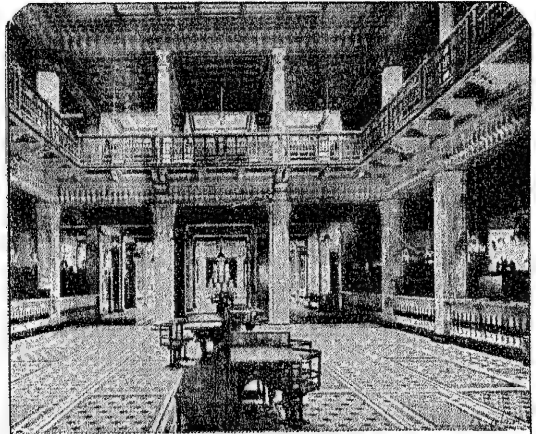
مواسير - أحذية - الخ...

الإسبستوس الأسمت

خدمة التطور الصناعى فى مصر - أحدث صناعة مصرية
مواسير ذات الضغط • وتنصل زعمال المياه
مواسير للتدفئة وللصرف مياه الاطوار وبجاء السماطة
معدة من صناعات الجمارى الرئيسة
الوانع مختلفة ومطوية لمن تنظيم الاطوار والمنازل والمصانع
والجراجات

منتجات من الفخار

مواسير فخار - طوب ازرقة - طوب صرارة



ص. ٢٠٨

بنك مصر

البناء الذى رفعت العزة المصرية
وعامتها فى الاستقلال الاقتصادى
مؤسس شركاتها القومية
منشآت الصناعات الكبرى
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية
قروضه بعوام المديريات ومدنها الكبرى
وكلاؤه ومراسلوه فى كل بلاد الخارج •

منطوت ...

جاءتني صديقتي الجامعية
كمادتني تطلب المشورة كلما
عرضت لها مشكلة أو حلت
بها أزمة نفسية تقضى الى بما
ينبغي فأريحتها وأهدى، من
روعتها .

فالت انني مخطوبة كما
تعلمين لوكيل نيايه وأنا
اشتغل بالتدريس كلانا في
مبدأ حياته العملية . اختار
كل منا الآخر على أسس
خلقية وثقافية ورأى كل منا
في الآخر مثله الأعلى وشعرنا
ان السعادة قد أدنت قطوفها
منا وعشنا في حلم من
الجمال وآمال المستقبل
ولكن ... لقد اعترضتنا
المشكلة المادية فلا هو
بمستطيع أن يقصد مع كثره
مطالبه وانه كوكيل نيايه
عليه أن يظهر بالمظهر
اللائق به ولا أنا بقادرة على

اقناع أهلي بتفاهة المهر في
حياة التفاهم والحب
والسعادة . فماذا أعمل ؟
قلت لها اذا كنت أنت
الموظفة المثقفة الممتازة يعجزك
حل مثل هذه المشكلة فما
مكان المشاكل الجسام في
حياتكما والحياة قد عودتنا
التجديد في مشاكلها
وعقباتها . ألا تستطيعين
مثلا أن تتفقا سويا مع (تاجر
الموبيليات) على أن يهب
لكما غرفتين أو ثلاثا تجمع
الى البساطة الذوق والجمال
على أن (تقسطا) له شهريا
مبلغا بسيطا وتعقدا قرانكما
على الفور وتروضا نفسيكما
على التحمل والصبر مدة سنة
أو سنتين بعيدين عن الترف

يسعدنا
هذا هو رأيي فلا نجعل
للمادة هذه السيطرة على
حياتكما . . . يجب أن تغلب
الحب والانسجام والتفاهم
وأن تكون المادة آخر ما يهدم
بيتنا أساسه الحب وقلبين
صلتهما الانسجام وعقلين
رباطهما التفاهم والوئام
الى متى تستبعدنا التقاليد
البالية وتقضى على سعادتنا
والى متى تسيطر علينا
المظاهر الكاذبة ويهملنا نظرة
الناس ونقولانهم .
كوني حازمة واطهرى
للملأ أن الجامعة المثقفة لن
تعرضها عقبة وانها لجديرة
بتذليل ما يعترضها يدفعها
ثقافتها الممتازة وإيمانها بمن
تحب وثقتها في نفسها
واستقلالها المادي أولا
وأخيرا . روحية الفليني



dreft

صَابُون دَرِيْفَت

لا يجب غليه ولا يصح لتطيف المنزل ولا لفيل البياضات
انتاج فايرفيلد دريفت

قلب منيع



لما سألته كم درساً يحب أن يتلقى في الأسبوع ، أجابها من فورهِ ، سبعة دروس ٠٠ ولما أفهمته انها تعفى نفسها من العمل في يوم الجمعة ، أسرع فاقترح أن يكون عددها ستة ٠٠ وحاولت أن تعدل هذا الرقم بحيث يقتصر على درسين أو ثلاثة فيتناسواي بذلك مع غيره ممن يتعلمون عليها ٠٠ فأفهمها انه في حاجة ماسة لتعلم اللغة الفرنسية وابتنسنت ٠٠ ابتنسنت وهي تقول في رقة وبساطة وتواضع أسر محبوب انها تقدر حاجته الملحة لتعلم هذه اللغة وهي لهذا ستبذل الجهد بحيث يتسنى له أن يتلقى أربعة دروس في الأسبوع ، وهو رقم لم يسبق لطالبة أو طالب أن ظفر به ٠٠ وقنع (وصفى) بهذا ٠٠ وودعها على أن يبدأ دراسته في تمام الساعة السادسة من مساء اليوم التالي ٠٠

وعند ما غادر مسكنها الصغير المرتب في بساطة تنم عن ذوق رفيع أنيق ٠٠ كان قد صمم على المضي في مغامرته الجريئة الى نهايتها ٠٠ ان مغامرته ليست الا اكدوبة كبيرة ، فهو في غير حاجة لتعلم اللغة الفرنسية من جديد لانه يجيدها كأحد أبنائها بعد أن أمضى في فرنسا قرابة ثمانية أعوام أتم في خلالها دراسة الاقتصاد ٠٠ ثم عاد بعدها ليجد ثروة طائلة تنتظره بعد وفاة والده ٠٠ فأغلق على شهادته أحد أدراج مكتبه ٠٠ وأسلم النساء والليل حياته ٠٠ وتعاقت الاعوام ٠٠ وتضافت ثروته مع ما هبى له من شباب وفراغ على بعث الملل الى نفسه والتبرم بذلك

انه يجيدها اعادة تامة ، فقد كان الماجن يتقن - في خلال ساعات الدرس - تمثيل الجهل بها تماما ٠٠ وأحس - وقد حان موعد السداد - انها فرصة لا يجوز أن يدعها تفلت منه ٠٠ كان يؤمن بالمال وقوته - فلم لا يختار أقصر الطرق بدلا من أن يمضي - عشا - شهرا آخر ؟ وفعلها ٠٠ فوضع ورقة مالية من فئة الخمسين جنيهها داخل ظرف أقفله ، وسلمه لها وهو ينصرف بعد انتهاء الدرس الاول من الشهر الجديد .

وقبل أن تبدأ الدرس في اليوم التالي ٠٠ قالت له في هدوء ، ان ليس في حوزتها الا اثنان وأربعون جنيهها وهي القيمة المتبقية له من المبلغ الذي وضعه في ذلك الظرف المقلل ، وهي لهذا ترجوه أن يبقى هذه الورقة الكبيرة معه الى أن يتيسر له أن يحمل في حافظته أوراقا

تركته الخادم وحده - ترى ٠٠ من تكون (فضيلة) هذه ٠٠ وعلى أية صورة هي ؟ أتكون بيضاء في روعة الفجر المنبثق ؟ أم سمراء كسنابل القمح لفتحها الشمس بحرارتها ؟ أ تكون نجيلة مديدة أم بدينة قصيرة ٠٠ ولم تطل جبرته ٠٠ فقد أهلت (فضيلة) ٠٠ كانت في جمال البشري ٠٠ وفي بهاء الضمحي ٠٠ فقد بدت كما لو كانت قطعة من الربيع أقبلت على غير موعد وفي غير أوان ٠٠

وانقضى شهر كامل انفراد بها في خلاله ست عشرة ساعة دون أن يتقدم نحو غايته خطوة واحدة ٠٠ وحل اليوم الاول من الشهر الثاني ٠٠ وكان على وصفى أن يعطى فضيلة أتعابها عن هذه الساعات التي أفنت نفسها في خلالها لتلقيه مبادئ لغة لم يخطر لها قط

الحياة التي تمرق أبنامها على وتيرة واحدة تكاد لا تتغير ٠٠ فالاصدقاء والصدقات لا يتغيرون والوجوه التي ألف أن يراها لا تتبدل ٠٠ حتى الامكنة التي يمضي فيها لياليه الحمراء فقدت جدتها وبهجتها لكثرة تردده عليها ٠٠ الى أن كان هذا الصباح وقد أخذ يقلب صفحات جريدته ٠٠ فوقعت عيناه على اعلان صغير عن (دروس فرنسية تعطىها انسة) ٠٠ وفي ذيل الاعلان اسمها وعنوانها بالكامل ٠٠ فعن له أن يلهو وأن يخوض مغامرة جديدة مع فتاة لم يرها من قبل لعله واجد فيها جديدا يثير اهتمامه ويملا بعض فراغه ٠٠ ولم يتردد ٠٠ فاستقل سيارته وانطلق الى هناك ٠٠ وفتحت له الباب خادم شابة نظيفة قادته الى غرفة صغيرة معدة للاستقبال وراح يسائل نفسه - وقد

وفي هذه اللحظة دق الجرس في ردهة المسكن .. وانقضت لحظة جاءت بعدها الخادم لتعلن قدوم فتاة تطلب مقابلتها لتسألها أن تتلقى عنها دروسا في اللغة الفرنسية .. وطلبت فضيلة من الخادم أن تدخل الزائرة .. ولم تكد تخطو الى الغرفة حتى ابتدورها وصفي بقوله ان الانسة فضيلة كانت تحب أن تضمها الى بقية طلبتها وطالباتها لولا انها اعترلت التدريس اليوم لانها ستزف الى زوجها غدا ..

وفوجئت فضيلة .. وحاولت أن تقول شيئا .. ولكن الزائرة الغربية كانت الى الحديث أسبق، اذ راحت ترجي كلمات التهنية .. ورافقها وصفي بعد لحظات الى الباب مودعا .. ثم عاد الى (استاذته) الصغيرة .. ولما حاولت أن تتكلم وضع راحته فوق فمها في لطف وهو يقول :

— لا شيء يا فضيلة .. لكم أحب اسمك الجميل هذا .. يا فضيلة سكنت كيان امرأة ..

وخفت راسها الجميل وقد تضرع وجهها بلون الورد عندما أحسبت به وهو يحيط اصبعها بخاتم ذهبي صغير أنيق ..

فتحى ابوالفضل

هناك بمحض مصادفة واصلحت من وضمخصله متمردة من شعرها الفاحم تهدلت فوق جبينها الناصع وهي تقول :

— حقا .. لم يكن يخطر لي أن ينطوى هذا الكيان على مثل هذه النفس وأحس بعبارتها كما لو كانت سهمًا يسوخ في قلبه .. ولكنه تجلد وهو يقول ضارعا :

— امنحني فرصة أدافع فيها عن نفسي .. لن أخفي عليك انني تناولت الامر في أوله على انه دعابة لا أكثر .. مغامرة رخيصة .. اظفر منها بفتاة جميلة لم أرها من قبل .. ولكني لم أكن أدري انني سأصطدم بذلك الحائط الاصم الرهيب من الطهارة والمناعة والفضيلة والنقاء .. وأحسست أخيرا انني لن أستطيع الضي على خديعتك .. فعزمت على اخبارك بالحقيقة كاملة دون أن يخطر لي أنها سعت اليك عندما استسمعت الى وأنا أرحب بالمحاضر الفرنسي بالمرحاض وهو يقول :

انك أنت ذلك النور الذي أضاء لي طريق المعتمة .. فلا تتركيني .. لاتعيني أتخبط في هذه الدياجير فقد سممت روعي هذا الضلال .. انك الطيبة والرحمة والطهارة والخير ، تلك الفضائل العليا التي كنت في حاجة اليها دائما .. فهل تتخلي عن نفس شقية معذبة توافة للسلام والتوبة ؟ وسألته فضيلة وقد لمست في نبراته شيئا أوحى اليها انه صادق :

— ماذا أستطيع أن أصنع لك ؟

— أن تكوني لي .. حياتي الجديدة .. هذه صنعتك أنت .. كوني لي وحولي بيني وبين عودتي الى مهاوى الظلام من جديد .. كوني لي .. فليست لي بغيرك حياة

فرنسا .. جاء ليصحبه لسماع هذه المحاضرة .. ووجدتها وصفي فرصة لاعفاء نفسه من تفكيره الموصول في فضيلة .. وأراها مناسبة موثبة كي يلقي بين يدي الاديب الفرنسي كلمة ترحيب قصيرة .. ولم تمض دقائق حتى كانت السيارة تحمل وصفي وصاديقه الى مكان المحاضرة ..

وحان موعد الدرس في اليوم التالي .. لقد عودته على أن تسأله دائما — بمجرد جلوسه أمامها — ان كان قد أعاد قراءة درس الامس .. ولكنها لم تسأله اليوم هذا السؤال التقليدي .. وأحس لثوة ان هناك شيئا .. وخطر له ألف خاطر وخطر .. وقدر قلب المحب كل شيء الا الحقيقة التي فاجأتها بها فضيلة .. انها لن تستطيع أن تستمر في التدريس له بعد اذهلته .. وأذهلته المفاجأة .. فارتج عليه .. وأحس بكل ما أعلمه من حديث قد تبخر فلم يعد يذكر منه شيئا .. وأخيرا جاهد ليسألها في حيرة .. ولكن .. لماذا يا آنسة فضيلة ؟ هل أسأت اليك ؟

هل .. وقاطعته فضيلة في صوت هادئ، حازم

— لا شيء من هذا ياسيدي .. ولكني لا أعطى دروسا للذين يتقنون الخديعة الى هذا الحد .. هل لك أن تفهمني غايتك من القدوم الى بيتي لتتلقى دروسا في لغة تجيدها كأحد أبناءها ؟ وأحس وصفي بالعاصفة مقبلة عليه .. فرفع يمينه وهو يقول بسرعة :

— آنسة فضيلة .. أقسم لك .. ولكنها قاطعته :

— لا تقسم .. لقد رأيتك بعيني وسمعتك بأذني في قاعة ابوارت وأنت ترحب بالمحاضر الفرنسي بأسلوب بعجز عن التعبير به كثير من الفرنسيين .. لقد كنت

من فئات صغيرة .. وأراد أن يفهمها انه لا ينتظر هذا الباقي .. وانه قدر لها هذه الاتعاب لما تبديه من الاخلاص والتفاني في التدريس له .. فقالت — دون أن تفارق شفيتها ابتسامة هادئة ، انها هي التي تقدر اتعابها وتحددها .. وقد اتفقت معه عليها منذ البداية .. ولم يخف عليه ما في صوتها — برغم هدوئه ورقته — من عزم وتصميم — فمد يدا مرتجة وتناول الورقة المالية وقدمها لها في صمت

.. ثم أخرج ثمانية جنيهات وخجل من نفسه ومن تلك الوسيلة التي تدرع بها ليصل الى فتاة آمنة تسمى في الحياة وراء رزقها .. وراح هذا الشعور يتسارع شيئا فشيئا الى أن تبلور في مدى أيام فاستحال حبا جارفا أسرا .. انه يريد أن يصارحها بكل ما في نفسه .. يريد أن يصح موقفه منها فيفهمها انه في حاجة اليها هي دون دروسها وان الخجل يكاد يقتله من تلك الوسيلة الشائنة التي لجأ اليها وأنه لم يعد يحتمل بعد ذلك أن يتركها تقضي نفسها أربع ساعات من كل أسبوع في شرح مبادئ لغة يتحدث بها كأحد أبنائها .. ولكنه خائف .. خائف من أن يفقدها اذا علمت هذه الحقيقة .. مشفق أن تنفر منه فلا يعود يراها بعد ذلك .. بعد أن أصبحت قطعة من حياته .. واستبدت به الحيرة وقد انفرد بنفسه ذات أمسية .. وأحس برأسه يكاد ينفجر .. ولم ينقذ من هذا الصراع الاليم الا قدوم صديق أنهى اليه أن الكاتب الفرنسي الكبير (جورج دي هامل) قد انتهز فرصة وجوده في القاهرة ليلقي اليوم محاضرة في قاعة ابوارت التذكارية .. وانه لما يعرفه من صداقة وصفي بهذا الاديب الكبير منذ كان يتلقى علومه في

إطبلوا
ماء الكولونيا المعشاة
الشيخ مصطفى مطر

باهي

بأسكندرية

الجمعية العامة للنساء العربيات
شارع الشهباء بالاسكندرية
واحد عشر الكولونيات
شارع عبدالعزيم بالاسكندرية



بريد النبل



بريد الاطباء

مشاركة الروضة :

يقول الدكتور محمد شوقي عبد المنعم اخصائي امراض النساء والولادة « يبدو ان لبنك كثير » وهذه نعمة من الله فلا تحاولي التقليل منها ويمنحك ثلاثي بلل ملابسك باللين بوضع منديل مكرى فوق كل ثدي عند الخروج وتجنبى لبس الاثيرة الضاغطة على الثديين . وحالة لبنك ناتجة من كثرة الرضاعة - ولا ضرر من التريجيس - ويستحسن ان تطيلي المدة بين الرضعة والاخرى كان تكون اربع ساعات مثلا - ويستحسن ايضا ان تقللي مدة الرضاعة فلا تزيد عن ثلث ساعة كل مرة »

حرم فؤاد عزب :

(١) لا تستطيعي مزاوله الاعمال الرياضية الثقيلة . وبكفيك بالشي وبعض الالام السويدية الخفيفة (٢) تكثر هذه البقع والنقطة في الحمل ولا تستدعي علاجاً خاصاً (٣) يكفي حزام بطن او كورسيه خفيف .

آنسة نوال شبرا :

السالة التي تشكين منها منتظمة ولا تستدعي علاجاً ولا ضرر منها البتة .

ز.أ. سيدي بشر :

أنت في حاجة الى بعض النظافة الشخصية . اغسلي بالاء والصابون الجيد . بعد النقص بالخص استعملي

مرهم زنك مضانا اليه مرهم اكنيول كميات متساوية عند اللزوم

السيدة م.ن :

اخرجي من عقلك هذه الانتكار . ولا داعي للبحث عن سبب وبكفيك كشف ثلاثة أطباء لو كانوا وجدوا فيك عيباً ظاهراً لعالجوه

آنسة حائزة ك.أ. عين شمس :

تقول الدكتورة صلوة البجرمي « اغلب الظن ان اصفرار وجهك نتيجة لمرض الانيميا (فقر الدم) ولذلك يستحسن عمل بعض التحاليل وهي : تحليل البسول والبراز الطفيليات وتحليل الدم لمعرفة النسبة المئوية للهيموجلوبين ويكون العلاج تبعاً للنتيجة فاذا كان هناك طفيليات بالبول او البراز يلزم علاجها أولاً ثم يعالج فقر الدم بمركبات الحديد والفيتامينات

آنسة حائزة بالمعادي م.م. :

يقول الدكتور علي مرشدي يمكن اصلاح الحول بعملية جراحية وهي عملية أكيدة النجاح

قارنكم كوثر اللاحظ :

يستحسن يا آنستي عرض هذه الحالة على الطبيب المختص

بريد الجراح

ن.ن. قارئة :

(١) يجب يا آنستي ان تعرضي نفسك على اخصائي في الغدد ليعرف سبب ما تشكين منه . وعلى أي حال فنحن ننصح مؤقتاً بوضعهما تحت دوش بارد يومياً (٢) ان شعرك ضعيف وهو في حاجة الى علاج . ذلكي فروة راسك بصغار بيضة مرتين في الاسبوع على الاقل واغسلها بالماء الدافئ والصابون الجيد . اذهبي الى الحلاق ودعيه يحرق لك اطراف شعرك

حائزة بالعراق - حبيبة :

يجب ان تمنعي عن اكل التوابل وما اليها من الاغذية التي تؤثر في البشرة . اغسلي وجهك بالماء الساخن وضعي عليه بودرة نالك يومياً قبل النوم .

س.م. بشي سويف :

ذلكي الوضع الذي تشكين منه بالكريم الاي : نشأ ١٥ جم ، شبة ٢٥ جم ، ماء ورد ٢٠ جم جليسيرين ١٥ جم ، صيغة لبان جاوي ٥ جم وان لم تستفيدي من هذا العلاج اعرضي نفسك على اخصائي في الامراض الجلدية .

قارئة م.ص. كوبري القه :

ادعني وجهك بمحلول فابض للمسام المعروف باسم « استرانجان » وهو يباع في جميع الصيدليات وفي محال مستحضرات التجميل . قللي ما امكن من تناول المواد الدهنية واستعملي الكريم الدمس .

س. شرارة بروص الفرج :

(١) يجوز للحامل ان تمارس الامساك الرياضية الخفيفة في الشهور الاولى من الحمل .

ج.ف. :

(١) ان يشترك ذهنية . ويجب استعمال كريم جاف لها بدلاً من الكريم الدمس الذي تستعملينه . ضعي على وجهك محلولاً قابضاً للمسام (استرانجان) (٢) يجب ان تتالجي الامساك بتناول المسهلات بين اللبن والاخر . اياك وليس هذا الحب بيديك . اغسلي وجهك جيداً بالماء الساخن وجففيه ثم رشي عليه مسحوق التالك (٣) لابد من ان تعرضي زميلك نفسه على اخصائي في امراض الفيون وان يمتنع عن القراءة والكتابة على الضوء الصناعي ما امكنه ذلك (٤) تكاليف جراحة التجميل باهظة . ارسلني لنااسمك وعنوانك لنميت اليك باسم الجراح المختص .

قارئة ع.أ. السيدة زينب :

أنت لست بالقصيرة كما يبدو لك . وعلى أي حال فاننا نعتقد ان

تامتكت ستزيد أربعة مستنمرات على الاقل . ان جميع التمرينات التي تدرينها لنا مفيدة وخاصة السباحة . هيا انبسي للحياة واحذري الياس فان مشكلتك ليست من المشكلات الميوس من حلها .

الآنسة ن. مصطفى ع. :

يزال طلاب الاطافير بالاستيون على ان يضاف اليه شيء من الزيت حتى لا تنقص الاطافير .

و.ت. خليل شبرا :

هناك تشكين بلا شك من حب الشباب . اعني عن تناول الاطعمة الدسمة والتوابل قللي ما امكن من استعمال مستحضرات التجميل اغسلي وجهك كل مساء بماء ساخن وجففيه بدون دك وضعي عليه بودرة نالك . لاتمسسي بشرتك بيديك الا ان تكدت من نظافتها واحرصي على تنظيم خروجك يومياً

أم محروس عجاج :

(١) مشطى شعرك يومياً لمدة عشر دقائق وذلكي منابت شعرك بوزب الزيتون النقي او زيت الخروع (٢) يمكن ازالة هذه النقطة السوداء بتعرض الوجه لبخار ماء ساخن ثم الضغط حول هذه النقطة باصابع اليد فتخرج النقطة بهذه الطريقة الواحدة بعد الاخرى . بمسح الوجه بعد ذلك بقطنه مغموسة بالكحول النقي .

الحائزة ك.م.ش :

أنت تشكين من حب الشباب عودي الى ما كنتيناه الى و.ن. خليل بشبرا .

ف.د.ع. بالزقازيق :

حرق اطراف الشعر بقويه ولا يؤثر في جلدة الرأس كما قيل لك . جربي ايضا تدليك منابت بصغار بيضة واغسلها بالماء السداق والصابون .

هاري جرجس بالمينا :

(١) تولى لصديقتك انه لا يمكن مع الاسف علاج الشيب الا بالصيغة واننا ننصحها باستعمال الحناء فانها من الصيغات القليلة التي لا تؤذي الشعر .

السيدة ا.د. الدقي :

لأبد من ان تدعني وجهك بمحلول قابض للمسام واستعملي كريماجانا والابتعاد ما امكن عن المواد الدهنية

سميرة ح.ن. :

ان يشترك ذهنية ومسامك متسمة . وان أردت ان تتأكدي من ذلك ضعي على بشرتك ورقة سيجارة واضغطي عليها خفيفاً . فان ظهرت بقعة زيتية على الورق كانت بشرتك دهنية وفي هذه الحالة لا تستعملي كريم الماكياج بسل استعفي عن بله الجبال تصفيتها

مشاركة شبرا في عرض الامانة

الثلاجة العالمية

Hotpoint REFRIGERATOR

البريدية : ٣٠ شارع شبرا ، انا
تليفون : ٢٥٨٩١١ - ٢٥٨٩٥٠
القاهرة ٢٤ شارع قصر النيل
كلمبر : ٧٨١٤ - ٧٨١٥

ثلاجة هوت بوينت

عادةً عن الأسبريتو الموجود بالكولونيا
ولا نأخذ مطلقاً من أصله إلا
بإزالة لون الفستان كله وإعادة
صبغه.

د.ع. المحلة الكبرى :

تهدف التربية إلى نغوية الطفل
وتوجيهه بما يلزمه لكي يستجيب
مصائب الحياة لأبل ليعملها
مصلحته، وليست هناك طريقة
بذات يمكن أن يقال أنها صالحة
أو غير صالحة في التربية بل أن
الطرق تختلف باختلاف الأقاليم
وامزجهم وتخصيصهم، والقاعدة
العامّة في التربية ترتكز على أسس

يومياً ساعة بخلطى سريعة . فإذا ما انخفض وزنك بدأ حجم وجهك طبيعياً بالنسبة لجسمك (٢) ادهني وجهك بمحلول قابض للمسام «استرانجان» وهو يباع في جميع الصيدليات ومحال مستحضرات التجميل ، واستعملي كريمي حفاة

على بشرتك بعد أن تمسحها
بلموسين قابض للمسام .

٥٠٤ مصر الجديدة :
ابتعدى ما أمكن عن التغيرات
الجوية الفاجئة . وعندما تسخين
وجلا لا تستعمل الماء الساخن
بعد الماء البارد أو الماء البارد بعد
الماء الساخن . راقبي نظافتك
والغذائي وامتنعي عن أكل التوابل
والزاد والدهنية . اطلي على طبيبك
في بعض جهارك الهضمية وغذائك
الصماء فقد يسبب عدم نظافتها
هذه البقع الحمراء التي تظهر على
بشرتك .

ن. ا. ی. اسوان :

(١) فيما يختص بشعرك اتبعي
الملاج الذي وصفناه الى ن.ن.
وارثة (٢) الشامبو افضل من الصابون
في غسيل الشعر

آنسة فوزية بغداد :

ليس لك إلا الطريقة التي تتبعها
السيدات في الشرق فهي أحسن
طريقة

لیلی ریاض :

لا نستعملى كريما دسما لبشرتك
وادهيها من وقت الى اخر بمحلول
قابض للمسام ولازلة التجاعيد
اقرئى مقالنا الذى نشرناه فى عدد
بدنه وعنوانه «اتار السمين»

فأرثته بالفيوم :

(١) أمتعتي مؤقتا عن لبس الأحذية ذات الكعب المفتوح أو المشابب المفتوحة . أتعفى قديمك جيدا بالاء الدافء وأدعكى الكعبين بكرم مقد . اناك والسمر حافية القدمين (٢) ألعرق والاحتكاك يسببان سواد هذا الوضع . استعفى شيئا من الشبة ونعى المسحوق تحت ابطيك أو استعملى اودورنو

العائرة جدا آمال بالاسكندرية :
 أنب بلاشك نحيفة . حاولي أولا
 زيادة وزنك بتناول الاطعمة الغنية
 والاكثار من النشويات والمواد
 الدهنية . فان زاد وزنك أمكن
 تركيز الاهتمام على الساقين وذلك
 بتدليكهما بالدهن اللين ماء بارد

آسلة ل. قارئة بثت النيل ميتة
 أنت مصابة بحب الشباب
 امتنعى عن أكل التوابل والمسود
 الدهنية . خذى مسهلاً بين وقت
 وآخر . ولا تسمى بشرتك بيدك
 إلا أن كانتا نظيفتين . أما المحلول
 السديتسولين منه فاقسمه
 «استنحان»

قارئة الانسة ن.م. الزقازيق :

(١) دلکي بشرک بکريم مفذ وامتنعی عن وضع السحاق وان لم یات هذا العلاج بالنتیجة بعد شهر اعرض نفسک علی اخصائى فی الامراض الجلدية (٢) دلکى منابت شعرك بزيت الزيتون التی تم اشمسلیه بالماء الدافئ والصابون الجید ، ضعی قليلا من البرافین أثناء التمسح

قارئة سرور دمياط :

(١) لابد من أن تنقصي وزنك بالنسبة لطولك . امتنعي عن تناول المواد الدهنية والنشوية . امشي

لہذا البودرة ..
تکنتے لک جمال
کنتے تجھ لیں اُنکے
تسکتے بہ !

انظري الى الجمال والاشراق والجادبية
التي تسببها بشرتنا
الحمد!

أفخر ببودرة وجهه
فـ العالم

اینگار
 ماکس فاکٹور ہالیووڈ
 Max Factor Hollywood

ماكيانج ماكيانج بالذوات السمجة
 الخ خفف من متغيراته
 ماكيانج فأكبر هو يورد
 ذلي ماكيانج ذات كيك
 صر الخرد ، وأمر الشفاء
 ماكيانج الروس
 قام الواجب
 ظل الفنون

* انك لم تستعاض به قبل الكثرة مثل هذه البودرة التي تكسب
 * بفسادك هذا الشحوة المحروقة وهذه النعومة الغائبة
 * كما انك لم تستعاض قبل الازالة مثل هذه اللون الجاف الذي لم يترك
 * انما مجموعة الوان منضجة صنعت في هذا اللون لكن نظير هذا ما لا الطبيعي
 * انك تسحقين بودرة الورد ما كنت تأخذ فلو بودرة ..
 * نعومة الحمرية ورائحة الكلبة واللطيفة التي تكسبها بها
 * هذه الجانبيه .. ولقد فعلوا ذلك في عرسلات .. في عرسلات

ماکیاچ لکوکاکی وٹک ایضا
ماکس فاکتور ہوئیوود

المزعمون : فتنا وشركاه بالقاهرة والاسكندرية
بجميع المحلات الكبرى ومنازل الادوية والصيدليات
بشركة بيع المستحضرات المصرية ومحلات افروشي بالبحر وسحلا الكبرى
الحلابة بنهر منارة افيان بالاسكندرية

ما كياج الاستر
 قلم الحواجب
 هذه المعونة

يا د كياج
 هذه المعونة
 القلم الحواجب
 ما كياج الاستر
 قلم الحواجب
 هذه المعونة

٣٣٠-٢

كليم

بالألوان الطبيعية

انتاج متروجلدوين ماير اخراج فيكتور سافيل

ايرويل فليسن	• • • • •	محبوب علي
دين ستوكويل	• • • • •	كيم
بول لوكاس	• • • • •	الكاهن
لوريت لوز	• • • • •	لالولي

والنجمة الفاتنة لوريت لوز التي تمثل شخصية (لالولي) الجاسوسة الحسنة التي أفلحت في اغراء ذي اللحية الحمراء

و (كيم) من اخراج فيكتور سافيل ومن انتاج ليون جوردون الذي اشترك بنفسه في اعداد هذه القصة للشاشة مع هيلين ديتش وريتشارد سكار .

وقد امتاز اخراج هذا الفيلم بالسرعة فان التصوير لم يستغرق أكثر من ثلاثة شهور وهو زمن وجيز بالنسبة الى مثل هذا الفيلم الضخم

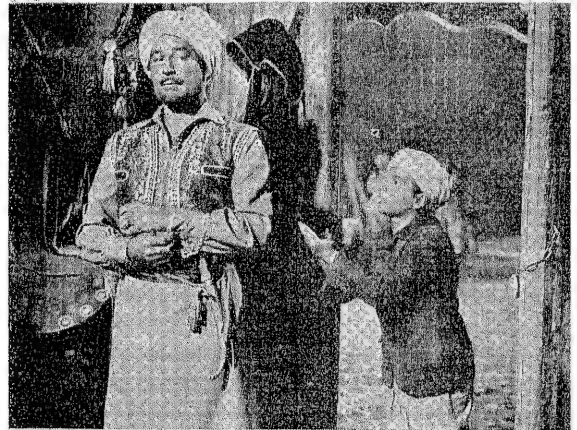
ان متروجلدوين ماير هي الشركة الوحيدة والسينما هي الوسيلة الوحيدة اللتان يمكنهما تقديم قصة رديارد كبلنج (كيم) بهذه الروعة .

وانه لمن حق متروجلدوين ماير أن تفخر بهذه التحفة الجديدة التي تشمل كل دقيقة فيها معرضا رائعا للمغامرة .

يعرض الان في دار سينما مترو بالفاهرة والاسكندرية فيلم (كيم) الذي يروي قصة رديارد كبلنج المشهورة التي تحمل نفس الاسم وهو أول فيلم كبير أخرجه هوليد بالالوان الطبيعية في الهند حيث تدور حوادث القصة .

ويضطلع ايرويل فليسن الذي برع في تمثيل أدوار المغامرات ببطولة (كيم) ويقوم بأعظم أدواره بل بدور تفوق فيه على نفسه في كل أفلامه السابقة وارتفع فيه الى ذروة الذروة . انه يمثل شخصية (محبوب علي) تاجر الخيول الافغانى الملقب بذي اللحية الحمراء وهو في الواقع جاسوس رهيب ذو دهاء عظيم .

ويشترك في بطولة (كيم) الطفل الموهوب دين ستوكويل الذي يمثل شخصية (كيم) وبول لوكاس الذي يظهر في دور كاهن لامي ، وروبرت دوجلاس الذي يؤدي دور الكولونل الانجليزى كرايتون



صائد الاحلام

وقد خلقت السينما عملا
جديدا لبعض الناس وينتخص
هذا العمل في اصطياد احلام
الناس في جميع أنحاء
المعمورة . وكل شركة من
شركات السينما العالمية
تستخدم عددا كبيرا من
(صائدي الاحلام) وهؤلاء
هم الذين يقومون بالعمل في
قسم القصص وهم يمتازون
بثقافتهم العالية وسعة أفقهم
وقدرتهم على العرض
والتحليل ويجانب هذا وذلك
فان لهم حاسة فنية عظيمة .
(مهم)

الناس كذلك لان من طبيعة
الانسان أن لا يروى شيئا
على حقيقته فانه لا بد من
الحذف أو الإضافة وعلى ذلك
فانه حين يروى حلمه أو
قصته . يتمشى مع طبيعته
في الرواية .
واذا كنت لا تصدق ذلك
فلاحظ نفسك وأنت تنقل
خبرا أو تروى شيئا ولا شك
في أنك ستقتنع من أول مرة

ويختلف هذا الحلم عن
الحلم العادي في أمر واحد ،
هو أن الكاتب لا يكون أمينا
في رواية الحلم وانما يروح
يزوقه وينمغه ويضيف اليه
ويحذف منه ويعدل فيه
كما يشاء ويشاء خياله
ويرتبه ترتيبا خاصا تم
يروج يدعى أن فن القصة
يتطلب ذلك كله . والواقع
انه يغالط نفسه ويغالط

أنى أحلام نعنى ؟
أهى أحلام الطفولة
الجميلة ، أم تلك الاحلام
السعيدة التى نستيقظ
بعدها فى الليل أو فى
الصباح وقد استرقتنا
واستولت على مشاعرنا
ووحداننا فنتمنى أن تتكرر
مناثرين بتلك الاسطورة
الفديمة القائلة : ان الحلم اذا
تكرر ثلاث مرات فانه
يتحقق .

كلا ، لسنا نعنى هذا
الضرب من الاحلام .
هل نقصد (أحلام
السينما) التى تنقلنا من
حياتنا المملة وما يحيط بنا
من أشياء اعتدناها وتبرمنا
بها وزهدنا فيها ، الى عوالم
أخرى جديدة علينا ، نرى
فيها الجمال الذى نراه فى
كل شىء جديد غريب . . .
وتردنا الى الماضى تارة وتحلق
بنا فى خيالات المستقبل تارة
أخرى وترينا بلادا وعادات
وتقاليد وحيوانات شتى غير
التي نعرفها ونألفها .

أجل ، هذه هى الاحلام
(اللذيذة) التى تعيننا وهى
لذيذة وممتعة بلا ريب ولها
قوة سحرية تسيطر علينا
وتقودنا وتوجهنا وتجهزنا
شتى ، وتقوى فينا الخيال
وتغذى العقل والروح
وتمنحنا ما تبخل به علينا
أحلامنا وخيالاتنا الخاصة
التي لا تخرج بنا فى العادة
عن دائرتنا المحدودة .

ويا لها من أحلام !!
وآلات السينما هى أحد
عناصر هذه الاحلام التى لا
يدخل فيها عنصر السحر .
ولكل حلم من هذه الاحلام
قصة وكل قصة عبارة عن حلم
قائم بذاته . . . فالقصة لا
تخرج عن أن تكون حلما من
أحلام الانسان ، يتخيلها
ويحلم بها فيرتب وقائعها
ويرسم شخصياتها ويضفي
عليها من معلوماته وما يحيط
به ومن تجاربه وتجاربه
غيره ومما يراه ويسمعه
الشيء الكثير ، ويسجل ذلك
كله .



تنسج
جميع أصناف المنسوجات القطنية للسيدات والرجال
بهاشيكية كبيرة من الرسومات الحديثة ذات الألوان الثابتة
خامات - دابلونات - ملونات - مطبوعات عربية ورجالي

توجد في جميع المحلات التجارية

شخصيات متباينة

كان ذلك منذ أعوام طويلة حين ظلت ليلة بأكملها وقلبي وجبل ممتليء بالرعب يتمثل لي فيها ذلك الاحدب المشوه الوجه يخيفني بمنظره البشع وكنت لا أكاد أغمض عيني وأفتحتها حتى أتملحه أمامي ولم يكن هذا بالطبع الا صدئ تأثرى بفيلم شاهدته فى ذلك اليوم هو فيلم (احدهب نوتردام) وكان هذا الفيلم يروى قصة القسوة البشرية حين تتمثل فى سخط المجتمع ونفوره من ذلك الاحدب المشوه الذى كان يعيش فى كنيسة نوتردام ونسى هؤلاء أن الجمال هو جمال القلب وطيبته ، وأن صفاء السريرة هو أهم شيء فى الحياة ، إذ ما أكثر من يتمتعون بجمال الخلقه بينما ترسخ فى قلوبهم ظلال الحقد والشر . ولم يكن هذا الاحدب يميل الى انسان فى الوجود سوى فتاة كانت تعيش هى الأخرى فى نفس الكنيسة . فكان يجد السعادة فى أن يقضى لها ما تريد ولو كلفه هذا حياته ، لقد كان يحبها حبا

يجعله يتحمل الآلام من أجلها وبالطبع لم يكن شعور تلك الفتاة نحوه سوى شعور الشفقة والعطف على شخص نبذه المجتمع لا لشيء الا لانه احدهب مشوه . وفى اللحظة التى اشتدت فيها قسوة المجتمع هدم عليهم كنيستهم انتقاما منهم ولم يساعده فى محنته سوى تلك الفتاة التى كان يظن أنها تحبه . وفى هذا الفيلم مثل دور الاحدب تمثيلا لم يغفل فيه أى خلجة من خلجات تلك الشخصية حتى أنك تحس نحوه بالشفقة وتشعر معه بالآلام لقسوة المجتمع عليه . وبالطبع لم أتصور أن ينجح شارلزلوتون فى أى دور غير هذا النوع من الادوار إذ أن تكوين جسمه يساعده على هذا وفعلا أبد هذا الرأى طول المدة التى لم نشاهد فيها لوتون على الشاشة الى أن عرضت احدهب دور السينما فيلم (رجل برج ايفل) بطولة شارلزلوتون أيضا فذهبت وفى جيبي مجموعة من المناديل لاجفف بها دموعى اذ كنت أتوقع

فى الاسكندرية

الفرقة المصرية

برئاسة



يوسف وهبى بك

بالمسرح القومى

بكامب سيزار بالاسكندرية

ابتداء من الاثنين ٩ يولييه

والايام التالية

كل ليلة رواية مختلفة

يشترك فى التمثيل

جميع أبطال الفرقة المصرية

مع عميد الفن الاستاذ

يوسف وهبى بك

ترفع الستار يوميا

الساعة ٩ ونصف مساء

الجمعة والاحد حفلات

(ماتينييه وسواريه)

مشاهدة مأساة عنيفة كمأساة احدهب نوتردام ، ولكنى خرجت من هناك وأنا أعجب للشخصية التى مثلها لوتون فقد مثل دور مفتش بوليس فرنسى تمتملى أفكاره بالقوانين فتجد دائما أنه يضى وقتنا طويلا حتى يصل الى المجرم وقد مثل لوتون تلك الشخصية تمثيلا رائعا بل انه مثل اللهجة الفرنسية تمثيلا متقنا حتى كنت تحسب أنه فرنسى يحاول التحدث بالانجليزية .

والذى دعانى الى كتابة ما سبق هو أنني شاهدت خلال الشهر السابق فيلم (العرييد) الذى عرضته سينما أوبرا وشخصية لوتون فى هذا الفيلم هى شخصية رجل انجليزى سكير لا تمر لحظة دون أن يكون مخمورا ، ولا يدع لذة تمر دون أن ينال منها شيئا ، وكان هنا يتمتع بخلقه تجذب اليه الفتيات بل أكثر من هذا نجده يتميز بظهور نفسى يجعل أشد الفتيات تدينا ترتضى فى أحضانه .

أمامنا الآن شخصيات ثلاث مثلها لوتون أبدو تمثيل بالرغم من أن كل شخصية كانت تختلف اختلافا كبيرا عن زميلتها وانى اذ أسجل هذا أعلن أسفى اذ أنى لا أجد عندنا الممثل الذى يستطيع أن يتقلب فى أدوارحتى ويتقنها وليس لوتون وحده هو الذى يتمتع بتلك القدرة ولكن هناك غيره كثيرون لهم هذه القدرة على تمثيل أدوار مختلفة ويتقونها تماما وأقرب مثل لذلك فيكتور ماتيسور الذى مثل دور شمشون ولا داعى لأن أتحدث عن تقانه له وبعد ذلك شاهدناه فى فيلم (ستلا) فى دور ضاحك فمتى نشاهد ممثلا مصرية بهذه البراعة ؟! سيبقى هذا السؤال مدة طويلة بدون جواب !

فتحى محمد عبده

محلات ملابس
اسكندر ج. افرينى والخنوت
القاهرة ٨٠ شارع البنينة - الاسكندرية ٤٤ شارع سنبل
تجديت لديها
جميع الملابس السيدات والرجال والاولاد
والاصواف والاصواف
وملبوسات داخلية صوف وقطنية
قصان ماهرة وتفصيل احذية على انواع

تحت إشراف
 من الإشراف
 يوليوس

بملاوات الطيبية السامرة

أفلام محمد فوزي تقدم
صباح
محمد فوزي
 إسماعيل بين
 سمير توفيق - دلال حمدي
 ادريس توفيق - دلال حمدي

في الحب في خطر
 في عالمي ظل في وقت واحد
 بسينا راديو واوبرا بالقاهرة
 هواء مكيف
 بسينا فريال بالاسكندرية
 نوسينج
 بهنا فنانم

جنرال إلكتريك موضع ثقتك



S.P.M.O.

المزبون المعتمد في القطر العربي

شركة إيسنر للكهرباء

٣٣ شارع عبد الخالق شروت باشا تلفون ٧٨٠٦٠ بالقاهرة
تجهيزات منزلية وتجارية - أجهزة تكييف هواء - أعمال الاضاءة الكهربائية - تركيبات كهربائية صناعية - مبردات المياه - أدوات كهربائية منزلية
ويبيع لدى وكلائنا بجميع أنحاء القطر